

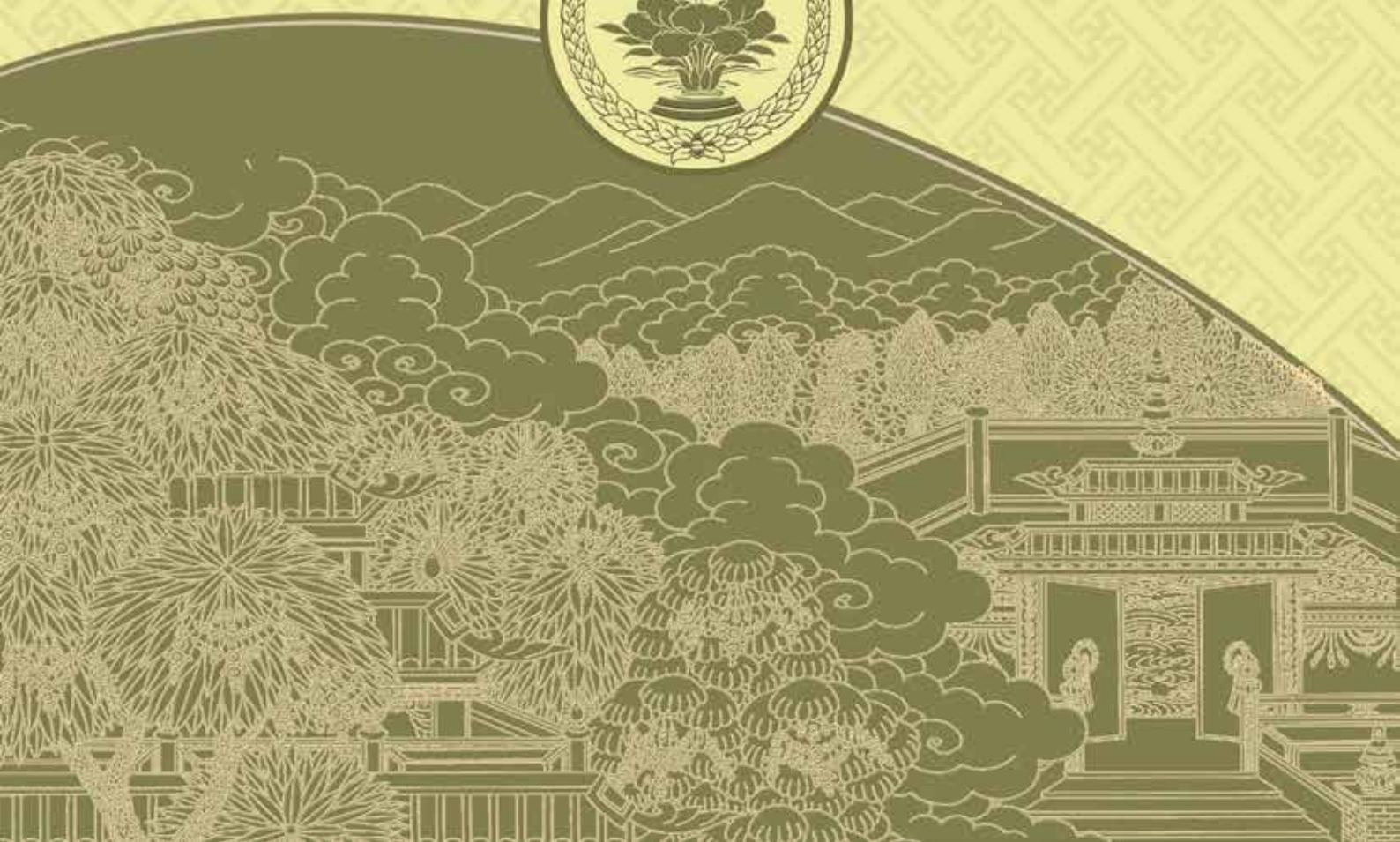
ཕར་བྱེན་ཟེག་པའི་སྒོར།

༩༥

༡༡། །ཙོ་ནེ་ཇེ་བཙུན་གྲགས་པ་བཤད་སྐྱབ་གྱི་

གསུང་འབྲུམ་པོད་ལྷ་པ་

བཞུགས་སོ།།



## སྐབས་དང་པོ།

མཆོད་བརྗོད། .....	1
བཞུགས་པའི་མདོ་དང་འགྲེལ་བ་དོན་བཟུང་བ། .....	4
ཤིང་རྩེ་སྤེལ་འབྱེད། .....	8
བྱམས་གཞུང་། .....	13
ཉན་ཐོས་ཞི་ཚེལ་མ། .....	22
བཀའ་བསྟན་བཅོས། .....	41
མུང་འདས། .....	75
ཆོས་འཁོར། .....	89
བྲང་རེས། .....	98
ཡང་དག་མཐའ། .....	127
དགོས་སོགས་ཆོས་བཞི། .....	154
ཤིང་ཕྱིན། .....	161
དོན་བདུན་ཅུ། .....	172
མཁྱེན་གསུམ། .....	181

སེམས་བསྐྱེད། .....	188
གདམས་ངག .....	225
བདེན་གཉིས། .....	233
བདེན་བཞི། .....	256
སྐྱབས་གསུམ། .....	276
སྒྲུབ་ལྷ། .....	296
མཛོན་ཤེས། .....	304
དག་འདུན་ཉི་ཤུ། .....	310
སྒྲོར་ལམ། .....	319
སྒྲ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་གཞག .....	335
སྒྲ་བྱ་རྟོག་པ། .....	343
ཡོངས་འཇིག། .....	356
རིགས། .....	359
སྒྲོང་གཉིན་སྐྱབ་པ་དང་བྱང་ངེས། .....	371
ཚོད་ལན། .....	377

སྐྱབ་པའི་དམིགས་པ། .....	381
སྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་བྱ་བ། .....	389
གོ་སྐྱབ། .....	391
འཇུག་སྐྱབ། .....	398
ཆོག་སྐྱབ། .....	406
ས་ཡི་ཡོངས་སྦྱོང་། .....	416
གཉེན་པོའི་ཆོག་སྐྱབ། .....	436
ངེས་འབྱུང་སྐྱབ་པ། .....	438

### སྐབས་གཉིས་པ།

གཞུང་སྤྱི་འཛུགས་བཞག་ .....	443
ལམ་ཤེས་ཀྱི་ཡན་ལག་ .....	449
ཐེག་གསུམ་རྣམ་བཞག་ .....	454
འཁོར་མཐའ་ལ་དབྱེད་པ། .....	474
ཉན་རང་དག་བཅོམ་ཐེག་ཆེན་ལམ་དུ་འཇུག་ཚུལ། .....	477
འཁོར་ལོའི་སྦྱར་བྱེད་ .....	485

ཉན་ཐོས་གི་ལམ་ཤེས་བའི་ལམ་ཤེས། .....	490
ངེས་འབྱེད་ཆ་མ་ཐུན། .....	497
རང་རྒྱལ་གི་བྱད་ཆོས། .....	503
རང་རྒྱལ་གི་ལམ་ཤེས་བའི་ལམ་ཤེས། .....	513
རང་རྒྱལ་གི་ལམ་ཤེས་གི་རྒྱ་ངེས་ཆ། .....	519
ཕན་ཡོན་ཅན་གི་ཐེག་ཆེན་གི་མཐོང་ལམ།   .....	522
ཐེག་ཆེན་སྒོམ་ལམ་གི་བྱེད་པ། .....	542
མོས་བ་སྒོམ་ལམ། .....	547
བསྐྱོ་བ་སྒོམ་ལམ། .....	558
རྗེས་སྤྱི་ཡོད་རང་སྒོམ་ལམ། .....	563
སྐྱབ་བ་སྒོམ་ལམ། .....	566
ནམ་དག་སྒོམ་ལམ། .....	571
ནམ་དག་ཤིན་ཏུ་བ། .....	582

## སྐབས་གསུམ་པ།

གཞུང་སྤྱི་འོ་ནམ་བཞག .....	593
---------------------------	-----



སྲིད་ཞིའི་མཐའ་དང་མཐའ་གཉིས་འགོག་བྱེད་གྱི་ལམ། .....	603
འབྲས་ལུས་ལ་ཉེ་རིང་གི་གཞི་ཤེས། .....	617
མི་མཐུན་སྟོགས་དང་གཉེན་སྟོགས་གྱི་གཞི་ཤེས། .....	625
སེམས་དཔའི་གཞི་ཤེས་སྦྱོར་བ། .....	636
འཛིན་སྤངས་མཉམ་ཉིད། .....	648
མཐོང་ལམ། .....	652
སྒྲིམ་ལམ་དངོས་སུ་མ་སྟོན་པའི་སྒྲུབ་བྱེད། .....	660

## སྐབས་བཞི་བ།

གཞུང་སྦྱིའི་རྣམ་གཞག .....	666
རྣམ་པ་མདོར་བསྟན། .....	670
གཞི་ཤེས་གྱི་རྣམ་པ། .....	678
ལམ་ཤེས་གྱི་རྣམ་པ། .....	690
རྣམ་མཐེན་གྱི་རྣམ་པ། .....	695
བྲན་པ་ཉེར་གཞག .....	701
ཡང་དག་སྦྱོང་བ། .....	705

རྩ་འཁྱུལ་གྱི་རྒྱུ་ལ། .....	707
དབང་པོ་ལ། .....	709
སྟོབས་ལ། .....	711
བྱང་ཆུབ་ཡན་ལག .....	713
འཕགས་ལམ་ཡན་ལག.....	715
རྣམ་ཐར་སྒོ་གསུམ། .....	719
སྒྲུལ་ལམ། .....	723
མཐོང་ཆོས་ལ་བདེར་གནས་གྱི་ལམ། .....	729
འགོག་སྦྱོམས། .....	729
སྒྲོང་ལམ། .....	734
སངས་རྒྱས་གྱི་ལམ། .....	734
བྱམ་མོང་མིན་པའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ། .....	735
དུས་གསུམ། .....	745
སྒྲོར་བ་ཉི་ཤུ། .....	750
སྒྲོར་བ་དངོས། .....	752

སྐྱོར་བའི་ཡོན་ཏན། .....	756
སྐྱོར་བའི་སྐྱོན། .....	759
མཆན་མཆོན། .....	763
གཞི་ཤེས་སྐྱོར་བའི་ཤེས་མཆན། .....	766
ལུང་མ་བསྟན་གྱི་ལྟ་ངན། .....	771
ལམ་ཤེས་སྐྱོར་བའི་ཤེས་མཆན། .....	777
ནམ་མཁུན་སྐྱོར་བའི་ཤེས་མཆན། .....	779
བྱང་མཆན། .....	782
བྱེད་མཆན། .....	786
ངོ་བོ་ཉིད་མཆན། .....	789
ཐེག་ཆེན་ཆོག་ལམ། .....	793
ཐེག་ཆེན་གྱི་སྐྱོར་ལམ། .....	804
བྱིར་མི་ལྟོག་པའི་ཏྲགས། .....	809
སྤྱི་ཞི་མཉམ་ཉིད་སྐྱོར་བ། .....	838
ཞིང་དག་སྐྱོར་བ། .....	846



བདུད་བཞི་བཙུག་ཚུལ། .....	849
--------------------------	-----

## སྐབས་ལྔ་པ།

གཞུང་སྤྱི་འཛུགས་གཞུང་.....	856
སྤྱི་འཛུགས་ལྟེ་གནས་.....	867
གཞུང་ལྟེ་གནས་སྤྱི་འཛུགས་.....	879
རྒྱ་ལྟེ་གནས་སྤྱི་འཛུགས་.....	883
སྤྱི་འཛུགས་དཔེ་གསལ་.....	886
མཐོང་ལམ་ལྟེ་གནས་.....	891
ལྟེ་གནས་ལྟེ་གནས་.....	894
སྤྱི་འཛུགས་ལྟེ་གནས་.....	902
སྤྱི་འཛུགས་སྤྱི་འཛུགས་.....	912
བར་ཆད་མེད་པའི་ལྟེ་གནས་.....	921
སྐབས་ལྔ་པ་.....	930
སྐབས་བདུན་པ་.....	935

## སྐབས་བརྒྱད་པ།

གཞུང་སྤྱི་ལོ་རྒྱུ་གཞུང་.....	944
ངོ་བོ་ཉིད་སྤྱི་.....	952
ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྤྱི་.....	958
ཟད་པར།.....	976
ཟེལ་གཞོན།.....	982
ཉོན་མེད་ཉིང་འཛིན།.....	985
སྤོན་མཁུན་ཉིང་འཛིན།.....	990
ལོངས་སྤྱི་.....	995
མཆོན་བཟང་།.....	1003
དཔེ་བྱ།.....	1010
སྤྱུ་སྤྱི་.....	1013

༡ གོང་ས་༡ སྐྱབས་མགོན་ཆུལ་བའི་དབང་པོ་མཆོག་གི་ཐུགས་  
རྟེན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་ན་སྐྱེས་སྐོར་གསར་དོན་གཉེར་ཅན་རྣམས་ལ།  
ཀྱུ་ཀྱུ་རྟགས་ཅན་གྱི་ལག་ཐོག་ཁ་པར་དང་ iPad སྒྲིག་ཁྲིད་སོགས་བརྒྱུད་  
ནས་དཔེ་དེབ་འདི་བཞིན་བོད་ཡིག་ལམ་ནས་གཟིགས་བདེ་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་  
བཅོས་པ་ཡིན། སྤྲད་ནས་ཀྱང་རིམ་པས་དཔེ་དེབ་དོ་བཤུས་ལག་ཏུ་འགྱུར་  
ཆེ་དེབ་གངས་མང་དུ་གཏོང་བྱའི་གོ་སྐབས་འོང་སྲིད་ན་དེར་སྤྲོད་པའི་ལམ་  
སྟོན་བཀའ་སློབ་དགོངས་འཆར་ལྟར་སྤྱད་སྤྱོད་ཡོང་བར་རེ་བསྐྱེལ་ཞུ་བྱུང་།  
ཞུ་དག་བསྐྱར་མ་སོགས་ལ་རང་བྱས་གང་ཡོད་ཀྱིས་འབད་ཚུལ་གྱིས་ཁྱེད་  
བྱས་ཀྱང་ཆུད་ཆེད་ཞན་སྐབས་ནོར་འབྲུལ་གང་ཞོར་རྣམས་བཅོད་གསོལ་  
ཞུ་བྱུང་བཅས།

སེར་སྤྲད་དགེ་བཤེས་ལྷ་རམས་པ་འཇམ་དབྱངས་བསོད་ནམས་ཀྱིས།

དེབ་བཅོས་ཐོག་པ་རྣམས་སྤྱི་ལ་དགོས་ན་བྱ་བྱུད་ནས་རིན་མེད་དུ་ཕུལ་ཆོག་  
བྱ་བྱུང་། marjamson618@gmail.com

༡༡། །ཞེས་རབ་གྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་མན་ངག་གི་བསྟན་བཅོས་

མདོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་གྱི་དགོངས་པ་གསལ་བར་

བྱེད་པ་མཁས་པ་དབྱེས་པའི་མཆོད་སྦྱིན་ཞེས་

བྱ་བ་ལས་སྐབས་དང་པོའི་ཆིག་དོན་

མཐའ་དཔྱོད་བྱང་འབྲེལ་

བཀྲགས་སོ།།

སྐབས་དང་པོ།

མཆོད་བརྗོད།

༡༢། །ཡུན་ཚོགས་ཚོགས་གཉིས་དཔལ་གྱིས་ལེགས་བསྐྱུན་  
མཐོང་ན་མི་མཐུན་མེད་པའི་སྒྲ། །ཆངས་དབྱངས་དབྱངས་གྱི་དགྱིལ་ལའོར་  
ཀུན་ལའང་ཡན་ལག་དྲུག་ཅུ་མངའ་བའི་གསུང་། །མ་ལུས་ལུས་ཅན་འགྲོ་ལ་  
རྗེས་བཅེ་ཚོས་ཀུན་སྤྱོད་མེད་མཁྱེན་པའི་ཐུགས། །རྣམ་འདྲན་འདྲན་མཆོག་  
རྒྱལ་བའི་དབང་པོར་དུས་རྣམས་ཀུན་ཏུ་ཐུག་བབྱིད་དོ། །བདེ་གཤེགས་  
གསུང་རབ་ཀུན་གྱི་རབ་དང་ཐུལ། །ཞེས་རབ་པ་རོལ་བྱིན་པ་བཟ་མོའི་  
སྙིང་། །སྤྱི་དོན་མདོན་རྟོགས་མཐའ་དག་གསལ་མཛད་པ། །རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་  
ཚབ་མི་པམ་མགོན་ལ་འདུད། །རབ་འབྲམས་སྦྱོད་པའི་ཆུ་གཏེར་ལ་གནས་

ཤིང་། །རྒྱལ་སྤྱི་གསེར་རིའི་དབྱུག་ན་མདོན་པར་འཕགས། །མཁའ་བཙུན་བཙུན་  
 ཉི་ལྷའི་སྤང་བས་ཉག་གསལ་བ། །འཇམ་དབྱངས་ལྷན་པོའི་དབང་དེར་གྱུས་  
 ཕྱག་འཆལ། །གསུང་རབ་ཀྱན་གྱི་དང་ངེས་མ་ལུས་བ། །རི་བཞིན་འབྱེད་ལ་  
 མདོ་རྒྱད་དུ་མ་ནས། །རྒྱལ་བ་ཉིད་ཀྱིས་ལུང་བསྟན་མངའ་བཞེས་བ། །སྐྱུ་  
 སྐྱབ་ཐོགས་མེད་ཞབས་ལ་ཕྱག་བཀྱའོ། །ཐུབ་པའི་བསྟན་ལ་ཐུབ་པའི་དམ་  
 ཆོས་ཀྱན། །ལེགས་པར་བཟུང་ནས་ལེགས་པར་སྟོན་པའི་མཆོག། །འཇམ་  
 སྤིང་མཛེས་བྱེད་འཇམ་སྤིང་རྒྱན་རྣམས་ཀྱང་། །རྒྱལ་བའི་རྣམ་འབྲུལ་རྒྱལ་  
 བ་ལྟ་བུར་བསྐྱབས། །རྣམ་སྤང་མཛད་སོགས་བཤེས་གཉེན་མང་བསྟེན་  
 བས། །ཤེར་ཕྱིན་སྤྱི་དོན་མཐའ་དག་ཐུགས་རྒྱུད་ཆེ། །མི་པམ་མགོན་གྱིས་  
 ལུང་བསྟན་རི་བཞིན་དུ། །རྒྱན་འབྲེལ་མཛད་མཁས་སེལ་བཟང་པོར་  
 འདུད། །གཞུང་ལུགས་ས་འཛིན་དབང་པོའི་ཅེར་གནས་རྣམ་དཔྱོད་དོན་ཆེ་ཅེ་  
 བརྒྱ་པས། །ལོག་ཉོག་ལྷ་མིན་དཔུང་ཆོགས་བཅོམ་དང་ལྷན་ཅིག་ཐུབ་བསྟེན་  
 རྒྱལ་མཆོན་བསྐྱེད། །སྐལ་ལྷན་འཆི་མེད་ཆོགས་གྱིས་ཉེར་བསྟེན་མཁས་  
 མང་ལྟ་ཡི་གཙུག་རྒྱན་གྱུར། །ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཙོང་ཁ་བ་ཞེས་ལྷར་བཅས་  
 འགོ་བ་ཀྱན་གྱི་སྐྱབས། །རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་སྤྱི་དང་བྱད་པར་དུ། །པ་རོལ་  
 ཕྱིན་པའི་དགོངས་དོན་འབྲེལ་པ་ལ། །ས་སྟོང་འདི་ན་འགྲན་པའི་ལྷ་བྲལ་  
 བ། །རྒྱལ་ཆབ་སྤྱི་བའི་ལྷ་བ་བྱམས་པ་དངོས། །ལུང་རིགས་གངས་ཀྱི་རི་ལ་

གནས་བཅས་ཏེ། །དགག་སྐྱབ་དཔྱོད་པའི་སྒྲེར་སྒྲེང་མངོན་པར་གཡོ། །འཆད་  
ཚོད་ཚོམ་པའི་གད་རྒྱུད་ས་སྒྲོགས་མཁས་པ། །སྤྱོད་པའི་སེངྒེ་བཤེས་གཉིན་  
ཆོགས་ནམས་རྒྱལ། །བྱུང་པར་བདག་སྒྲོའི་བད་ཚལ་རྒྱས་མཛད་པ། །མཁས་  
གྲུབ་གཉིས་པ་བསྟན་པ་དར་རྒྱས་དང་། །གྲུབ་པའི་དབང་ལྷག་བཙོན་འགྲུས་  
རྒྱ་མཚོ་སོགས། །ཡོངས་འཛིན་ནམས་ཀྱི་བཀའ་བློན་བླ་པས་དད། །མངོན་  
ཉོགས་རྒྱ་མཚོའི་སྤྱོད་དོན་དཔག་དཀའ་ཡང་། །རང་ཉིད་ཆེ་རབས་ཀྱན་ཏུ་  
འདྲིས་སྤྱོད་དང་། །དོན་གཉིར་འགའ་ཡིས་འབད་པས་བསྐྱལ་བའི་དོར། །  
མཁས་པའི་གཞུང་ལ་བཏོན་ནས་འདིར་བཤུད་བྲ། །

དེ་ལ་འདིར་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་  
རྒྱས་ལྟ་བུ་བྱུང་བ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཆོས་ཀྱི་ཕུང་པོ་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་རི་སྟེད་  
ཅིག་གསུངས་པ་ནམས་ཀྱི་ནང་ནས་བརྗོད་བྱའི་དོས་ནས་རབ་དང་ལྷན་དུ་  
སྤྱོད་པ་ནི། །ཡུལ་རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱུས་པ་གསུམ་པོ་འདི་ཉིད་ཡིན་ཏེ། །འདིའི་  
བརྗོད་བྲལ་དངོས་བསྟན་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་རིམ་པ་དང་། །སྤྱོད་དོན་མངོན་ཉོགས་  
ཀྱི་རིམ་པ་གཉིས་ཡོད་པ་ལས། །དང་པོ་འགྲེལ་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་འཕགས་  
པ་ལྷ་སྐྱབ་ཀྱིས་རྩ་བ་ཤེས་རབ་སོགས་དབུ་མ་རིགས་པའི་ཆོགས་དུག་  
མཛད། །སྤྱི་མའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་རྗེ་བཙུན་བྱམས་མགོན་ཀྱིས་བསྟན་བཙོས་  
མངོན་པར་རྫོགས་པའི་རྒྱན་སོགས་མཛད་པའི་སྤྱོད། །དེ་གཉིས་ལས་འདིར་



རྩེ་བཙུན་གྱིས་མཛད་པའི་བསྟན་བཅོས་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་ནི་གང་  
བཤད་པར་བྱ་བའི་ཆོས་སོ། །

འདི་འཆད་ཚུལ་ལ་ཡང་། ཅ་འགྲེལ་མཐའ་དཔྱོད་དང་བཅས་པའི་སྒྲོ་  
ནས་འཆད་པ་དང་། ཅ་འགྲེལ་གཉིས་ཀྱི་དོན་གཙོ་བོར་འཆད་པ་དང་། ཅ་  
འགྲེལ་སོ་སོའི་དོན་གཙོ་བོར་འཆད་པ་དང་། སྤྱི་དོན་གཙོ་བོར་འཆད་པ་  
དང་། མཐའ་དཔྱོད་གཙོ་བོར་འཆད་པར་བྱེད་པ་སོགས་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་ཞིག་  
ཡོད་ཀྱང་། འདིར་འཇུག་པ་བདེ་བ་དང་ཅ་ཆིག་གི་དོན་ལ་ངེས་པ་སྟེར་བའི་  
ཆེད་དུ། ཅ་བའི་ཆིག་དོན་བཤད་པའི་སྒྲོ་ནས་འགྲེལ་པ་དོན་གསལ་དང་།  
རྒྱལ་ཆ་བ་ཀྱི་རྣམ་བཤད་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱི་དོན་ཅུང་ཟད་དང་མཐའ་  
དཔྱོད་ཅུང་འགྲེལ་གྱི་སྒྲོ་ནས་འཆད་པར་བྱེད་ལ། དེ་ཡང་རང་ལུགས་པལ་  
ཆེར་རྩེ་བཙུན་བསྟན་པ་དར་རྒྱས་ཀྱི་བཞེད་པ་བཞེན་བཤད་པར་བྱའོ། །

བཤད་བྱའི་མདོ་དང་འགྲེལ་པ་ངོས་བཟུང་བ།

༥ དེ་ལ་རྒྱན་གྱི་བཤད་བྱ་ཅ་བའི་མདོ་དང་དེ་དག་གི་འགྲེལ་པ་ངོས་  
བཟུང་བ། རྒྱན་གྱིས་མདོ་འཆད་ཚུལ། ཅ་བའི་དོན་བཤད་པའི་སྒྲོ་ནས་མཐའ་  
དཔྱོད་པ་དང་གསུམ། དང་པོ་ལ་སྤྲ་མ་ཁ་ཅིག་གིས་མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་  
བཤད་བྱ་ཅ་བའི་མདོ་ལ་ཡུམ་སྤྲས་བཙུ་བདུན་དུ་གངས་ངེས་པ་ཡིན་ཏེ།  
ཡུམ་དུག་དང་སྤྲས་བཙུ་གཅིག་དུ་གངས་ངེས་པའི་བྱིར། དེ་ཡང་ཡིན་ཏེ།

[illegible]

དེས་ན་རང་ལུགས་རྒྱན་གྱི་བཤའ་བྱ་ཅ་བའི་མདོ་ལ་རྒྱས་འབྲིང་།

བསྐྱུས་གསུམ་སྤྱད་པ་དང་བཞིར་འབྲེད་པ་ཡིན་ཏེ། མཁས་གྲུབ་བསྐྱེད་དར་  
བས་དེ་ལྟར་བཞིན་པའི་རྩེ་ས་སུ་འབྲང་བར་འདོད་པའི་ཕྱིར། འོག་ཏུ་མཁས་  
གྲུབ་ཅེས་པ་ཐམས་ཅད་འདི་ལ་གོ་བར་བྱའོ། །འགའ་ཞིག་རྒྱན་གྱི་བཤད་བྱ་  
རྩ་བའི་མདོ་ལ་ལྷའམ་རྒྱག་ཏུ་བྲེད་པ་ཡིན་ཏེ། རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱུས་གསུམ། བྲི་  
བརྒྱད་སྟོང་པ། ཤེས་རབ་བྲི་པ། སྤྱད་པ་དང་རྒྱག་ཏུ་བཞིན་པའི་ཕྱིར། འོན་  
ཀྱང་གསེར་སྤྲོད་དང་བསྐྱེད་ན། རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱུས་གསུམ། བྲི་བརྒྱད་སྟོང་པ་  
དང་བཞིའམ་སྤྱད་པ་ལོགས་སུ་བྲངས་པས་ལྷར་བཞིན་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་  
ལས། འདིའི་རྩ་བའི་མདོ་བཞིའམ་ལྷ་རྒྱ་གསལ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
དེས་ན་རྒྱན་གྱི་བཤད་བྱའི་མདོ་ཡིན་ན། དེའི་བཤད་བྱ་རྩ་བའི་མདོ་ཡིན་མི་  
དགོས་ཏེ། སྤར་བཤད་པའི་མདོ་ཐམས་ཅད་དང་། འཁོར་ལོ་གསུམ་གྱི་མདོ་  
གཞན་རྣམས་ཀྱང་རྒྱན་གྱི་བཤད་བྱའི་མདོར་འཛོག་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རྒྱན་འདིས་  
པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་མདོ་རྣམས་ཀྱི་དོན་བརྗོད་བྱར་བསྐྱུས་ནས་སྟོན་པར་  
བཤད་པའི་ཕྱིར།

འོ་ན། མདོ་རྒྱན་སྐྱར་བའི་འགྲེལ་པ་དུ། མ་སྐྱར་བའི་འགྲེལ་པ་དུ་ཡོད་  
ཅེ་ན། སྐྱིར་མདོན་ཏོགས་རྒྱན་གྱི་འགྲེལ་པ་རྒྱ་གར་མར་གྲགས་པ་དེ་ལ་ཉིར་  
གཅིག་ཡོད་དེ། མདོ་རྒྱན་སྐྱར་བའི་འགྲེལ་པ་བཙུག་ཉིས། མ་སྐྱར་བའི་  
འགྲེལ་པ་དགྲུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་ཡོད་དེ། ཉི་མི་དང་སྐྱར་བ་བཞི། བརྒྱད་

སྟོང་དང་སྐྱར་བ་གསུམ། སྐྱད་པ་དང་སྐྱར་བ་གསུམ། དུམ་གསུམ་ཀ་དང་  
སྐྱར་བ་གཅིག འབྲམ་རྒྱང་པ་དང་སྐྱར་བ་གཅིག་ནམས་སུ་ཡོད་པའི་བྱིར།  
ཉི་མེ་དང་སྐྱར་བ་བཞི་ཡོད་དེ། འཕགས་པ་གྲོལ་སྒྲེས་མཛད་པའི་ཉི་མེ་སྤང་  
བ། བཅུན་པ་གྲོལ་སྒྲེས་མཛད་པའི་ཉི་མེ་ནམ་འགྲེལ། །ལྷོ་པས་མཛད་པའི་  
ཉི་མེ་དག་ལྟར། སྟོན་དཔོན་གྱིས་མཛད་པའི་ཉི་མེ་ལེ་ཏུ་བརྒྱད་མ་ནམས་སུ་  
ཡོད་པའི་བྱིར། བརྒྱད་སྟོང་པ་དང་སྐྱར་བ་གསུམ་ཡོད་དེ། སྟོན་དཔོན་གྱི་  
རྒྱུ་སྤང་། །ལྷོ་པའི་སྟོང་པོ་མཆོག་ཨ་ཟུ་ཀ་རའི་གནད་གྱི་ཆེ་འོད་ནམས་སུ་  
ཡོད་པའི་བྱིར། སྐྱད་པ་དང་སྐྱར་བ་གསུམ་ཡོད་དེ། སྟོན་དཔོན་གྱི་སྐྱད་  
འགྲེལ་རྟོགས་སྒྲ། སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་ཞབས་གྱི་སྐྱད་པའི་དཀར་འགྲེལ།  
ནམ་གྲུ་ས་མཛད་པར་གྲགས་པའི་ཤེར་ཕྱིན་མཛོད་གྱི་སྒྲེ་མིག་ནམས་སུ་  
ཡོད་པའི་བྱིར། གསུམ་ཀ་དང་སྐྱར་བ་ནི། སྤྱི་ཉིས་མཛད་པར་གྲགས་པའི་  
དུམ་གསུམ་དོན་བརྒྱད་གྱིས་མཐུན་པར་བསྟན་པ་དང་། འབྲམ་རྒྱང་པ་དང་  
སྐྱར་བ་ནི། ཁ་ཆེ་ནམ་གྲུ་ས་མཛད་པར་གྲགས་པའི་སྟོང་ཐག་བརྒྱ་པའི་བཤའ་  
བ་ཡིན་ལ། དེ་དག་ལ་རྒྱ་འགྲེལ་མ་ཡིན་པའང་ཡོད་དོ།

གཉིས་པ་མ་སྐྱར་བའི་འགྲེལ་བ་དགྲུ་ཡོད་དེ། སྟོན་དཔོན་གྱི་འགྲེལ་  
བ་དོན་གསལ། གསེར་སྤྱིང་པའི་འགྲེལ་བཤའ་རྟོགས་དཀའི་སྤང་བ། ཆོས་  
གྱི་བཤེས་གཉིན་གྱི་འགྲེལ་བ་ཆོག་གསལ། རོ་བོའི་བསྐྱས་དོན། གཞོན་ཅུ་

དཔལ་གྱི་བསྐྱུས་དོན། ཤེར་འབྲུང་སློ་གྲོས་གྱི་བསྐྱུས་དོན། གྲགས་པ་དཔལ་གྱི་མཛད་པའི་གྲགས་ཆ། བུརྩ་ཤྱིས་མཛད་པའི་ཤེས་རབ་སློན་མའི་སྤང་བ། ཨ་མུ་ཀ་རས་མཛད་པའི་བྱབ་པ་དགོངས་རྒྱན་ནམས་སུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། སྐབས་འདིར་འགྲེལ་བ་དེ་དག་གི་ནང་ནས་གང་གི་མེས་སུ་གཙོ་བོར་འབྲང་ཞེ་ན། སློན་དཔོན་སེལྟེ་བཟང་པོས་མཛད་པའི་འགྲེལ་བ་དོན་གསལ་གྱི་མེས་སུ་འབྲང་རིགས་ཏེ། འགྲེལ་བ་འདི་ཆོག་ཉུང་ལ་དོན་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་། མེ་ཡབ་སྐས་ནམས་གྱིས་ཀྱང་འདིའི་ལུགས་གཞིར་འཛོག་པར་མཛད་པའི་ཕྱིར། འགྲེལ་བ་འདིས་མངོན་ཏྟགས་རྒྱན་ངི་ལྟར་འཆད་ཚུལ་སོགས་རྒྱས་པར་བཤད་ན་ཆོག་མང་བར་དོགས་པས། བར་བར་དུ་མཐའ་དཔྱད་གྱིས་གོ་བར་བྱའོ།

### ཤིང་རྟའི་སློལ་འབྲེད།

༥ གཉིས་པ་རྒྱན་གྱིས་མདོ་འཆད་ཚུལ་ལ་གཉིས། ཤིང་རྟའི་སློལ་འབྲེད་དོས་བཟུང་བ་དང་། འཆད་ཚུལ་དདོས་སོ། །དང་པོ་ལ། སྤྲ་མ་ཁ་ཅིག་ཤིང་རྟའི་སློལ་འབྲེད་ལ་བཞིར་གྲངས་ངེས་ཏེ། མེ་བཙུན་བྱམས་མགོན། མགོན་པོ་ལྷ་སྐྱབ། སློན་དཔོན་ཁ་ཆེ་མཆེ་བའི་སྤྱེ། སློབ་དཔོན་ཕྱོགས་སྤང་དང་བཞིར་ངེས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མེ་བཙུན་གྱིས་འཁོར་ལོ་བར་པའི་སྐས་དོན་མངོན་ཏྟགས་གྱི་རིམ་པ་རྒྱས་པར་བསྟན། ལྷ་སྐྱབ་གྱིས་དེའི་དདོས་བསྟན་སྟོང་ཉིད་གྱི་རིམ་པ་རྒྱས་པར་བསྟན། ཕྱོགས་སྤང་གིས་བརྒྱད་སྟོང་པ་



དོན་ཆོད་སོ་གཉིས་སུ་བསྐྱུས་ནས་བསྟན། ཁ་ཆེ་མཆེ་བའི་སྡེས་ཡུལ་དོན་སྒྲོ་  
གསུམ་རྣམ་གྲངས་བཅུ་གཅིག་སྒྲོ་ནས་བསྟན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྗེ་བཙུན་  
གྲིས་ཡུལ་གྱི་སྤྲས་དོན་མངོན་རྟོགས་གྱི་རིམ་བ་འབྲེལ་བ་ལ་མངོན་པར་  
རྟོགས་པའི་རྒྱན་མཛད། ལྷ་སྐྱབ་གྲིས་དངོས་བསྟན་སྟོང་ཉིད་གྱི་རིམ་བ་འབྲེལ་  
བ་ལ་དབྱུ་མ་རིགས་པའི་ཆོགས་དྲུག་མཛད། ཕྱོགས་སྒྲུང་གིས་བརྒྱད་སྟོང་  
པའི་དོན་འབྲེལ་བ་ལ་བརྒྱད་སྟོང་དོན་བསྐྱུས་མཛད། ཁ་ཆེ་མཆེ་བའི་སྡེས་  
ཡུལ་གསུམ་གྱི་དོན་འབྲེལ་བ་ལ་ཡུལ་གསུམ་གཞོད་འཛམས་མཛད་པའི་  
ཕྱིར་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ལྷ་སྐྱབ་མ་གཏོགས་གཞན་གསུམ་པོ་  
ཞིང་རྟའི་སྒོལ་འབྲེད་དུ་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར།

དེ་ལ་རྗེ་བཙུན་ཞིང་རྟའི་སྒོལ་འབྲེད་དུ་མི་རིགས་པར་ཐལ། ཞིང་རྟའི་  
སྒོལ་འབྲེད་ཡིན་ན། འཛམ་བུའི་སྒྲིང་པའི་རྟེན་ཅན་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར།  
གཞན་ཡང་། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། རྗེ་བཙུན་གྲིས་མངོན་རྟོགས་རྒྱན་མཛད་  
པའི་སྒྲོ་ནས་ཞིང་རྟའི་སྒོལ་འབྲེད་འཛོག་ན། དེས་མདོ་སྡེ་རྒྱན་མཛད་པས་  
ཀྱང་ཞིང་རྟའི་སྒོལ་འབྲེད་དུ་འགྱུར་བས་དབྱུ་མེམས་གཉིས་ཀའི་ཞིང་རྟའི་  
སྒོལ་འབྲེད་དུ་ཐལ་བའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་འགྱུར་ཏེ། མངོན་རྟོགས་རྒྱན་དབྱུ་མའི་  
བསྟན་བཅོས་དང་། མདོ་སྡེ་རྒྱན་མེམས་ཅམ་པའི་བསྟན་བཅོས་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། གཞན་ཡང་། སྐྱབ་དཔོན་ཕྱོགས་སྒྲུང་དང་། ཁ་ཆེ་མཆེ་བའི་སྡེ་གཉིས་



ཤིང་རྩྱེ་སྒོལ་འབྲེད་མ་ཡིན་པའི་ཐལ། ཤིང་རྩྱེ་སྒོལ་འབྲེད་ཡིན་ན། ཤིང་  
རྩྱེ་སྒོལ་འབྲེད་གཞན་གྱིས་བཀྲལ་བ་ལ་མ་སྟོས་པར་མདོ་དོན་རང་དབང་དུ་  
འབྲེལ་པའི་ཚད་མའི་སྒྲེས་བྱ་ཡིན་དགོས་པ་གང་ཞིག། ཕྱོགས་སྒྲུང་གིས་ཐོགས་  
མེད་ཀྱི་རྩེས་སུ་འབྲངས་ནས་བརྒྱད་སྟོང་དོན་བསྟུས་མཛད། ཁ་ཆེ་མཆེ་བའི་  
སྒྲེས་སྒྲུབ་ཀྱི་རྩེས་སུ་འབྲངས་ནས་གཞོན་འཛོམས་མཛད་པའི་ཕྱིར།

དེས་ན། རང་ལུགས་འབྲེལ་བྱེད་ཤིང་རྩྱེ་ཆེན་པོ་གཞན་ལ་མ་སྟོས་  
པར་འཛམ་སྒྲིང་འདིར་མདོ་དོན་རང་དབང་དུ་འབྲེལ་བར་བྱེད་ཅིང་དེ་ལྟར་དུ་  
འབྲེལ་བ་ལ་རྒྱལ་བ་ཉིད་གྱིས་མདོ་རྒྱུད་དུ་མ་ནས་ལུང་བསྟན་པའི་བྲང་  
སེམས་འཕགས་པ་དེ། ཤིང་རྩྱེ་སྒོལ་འབྲེད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་དང་། ཤིང་རྩྱེ་  
སྒོལ་འབྲེད་དེ་ལ་གཉིས་སུ་གངས་ངེས་ཏེ། དབུ་མའི་ཤིང་རྩྱེ་སྒོལ་འབྲེད་  
དང་། སེམས་ཅམ་པའི་ཤིང་རྩྱེ་སྒོལ་འབྲེད་གཉིས་སུ་གངས་ངེས་པའི་ཕྱིར།  
དེ་ལྟར་ཡིན་ཏེ། དབུ་མའི་ཤིང་རྩྱེ་སྒོལ་འབྲེད་ལ་མགོན་པོ་སྒྲུབ་དང་།  
སེམས་ཅམ་པའི་ཤིང་རྩྱེ་སྒོལ་འབྲེད་ལ་འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་གཉིས་སུ་  
ངེས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་ལྟར་ལེགས་བཤད་སྟོང་པོ་ལས། བདེ་གཤེགས་གསུང་  
རབ་ཚུལ་གཉིས་ཤིང་རྩྱེ་སྒོལ། །ལེགས་པར་བྱེ་བས་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་  
མཆོག། །ས་གསུམ་འགོ་ན་ཉི་ལྟར་གསལ་མཛད་པ། །སྒྲུབ་ཐོགས་མེད་  
ཞབས་ལ་སྒྲི་བོས་འདུད། །ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། དེ་གཉིས་མདོ་རྒྱུད་དུ་

མ་ནས་ལུང་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། ལང་ཀར་གཤེགས་པ་ལས། ལྷོ་ཕྱོགས་ཟླ་  
ཉི་ལྷལ་དུ་ནི། དགེ་སློང་དཔལ་ལྷན་ཆེར་གྲགས་པ། །དེ་མིང་སྤྱ་ཞེས་འབོད་  
པ་སྟེ། །ཡོད་དང་མེད་པའི་ཕྱོགས་འཛིག་པ། །ང་ཡི་ཐེག་པ་འཛིག་ཏེན་དུ། །  
སྤྲ་མེད་ཐེག་ཆེན་རབ་བཤད་ནས། །རབ་ཏུ་དགའ་བའི་ས་བསྐྱབས་ཏེ། བདེ་  
བ་ཅན་དུ་དེ་འགྲོའོ། ཞེས་པ་དང་། །

འཇམ་དཔལ་ཅ་རྒྱད་ལས། ཐོགས་མེད་ཅེས་བྱའི་དགེ་སློང་ནི། །  
བསྟན་བཅས་དེ་ནི་དོན་ལ་མཁས། །མདོ་སྡེ་ངེས་དོན་བྲང་བའི་དོན། །རྣམ་པ་  
མང་པོ་རབ་ཏུ་འབྱེད། །ཅེས་གསུངས་པའི་བྱིར། དབུ་མ་རང་རྒྱད་པའི་ཤིང་  
ཉི་ལྷལ་འབྱེད་དང་། ཐལ་འགྱུར་བའི་ཤིང་ཉི་ལྷལ་འབྱེད་གང་རུང་ཡིན་  
ན། ཤིང་ཉི་ལྷལ་འབྱེད་ཡིན་པས་མ་བྱལ་སྟེ། སློབ་དཔོན་ལེགས་ལྷན་  
འབྱེད་དབུ་མ་རང་རྒྱད་པའི་ཤིང་ཉི་ལྷལ་འབྱེད་དང་། སངས་རྒྱས་བསྐྱངས་  
ཐལ་འགྱུར་བའི་ཤིང་ཉི་ལྷལ་འབྱེད་ཡིན་ཀྱང་། དེ་གཉིས་ཤིང་ཉི་ལྷལ་  
འབྱེད་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཤིང་ཉི་ལྷལ་འཛིན་ཡིན་ན་ཤིང་ཉི་ལྷལ་འབྱེད་  
ཡིན་པས་མ་བྱལ་ཏེ། སྤྱ་སྤྱོད་དང་ཐོགས་མེད་གཉིས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྱངས་  
ནས་མདོ་དོན་འབྲེལ་བའི་བཤ་ཆེན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཤིང་ཉི་ལྷལ་འཛིན་དུ་  
འཛིག་རིགས་པའི་བྱིར། དེ་གཉིས་འགལ་བ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། འཕགས་པ་  
ཐོགས་མེད་དེ་དེ་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེ་ལྟར་ཡིན་ཏེ། དེ་ཤིང་ཉི་ལྷལ་

འབྲེད་ཡིན་པ་གང་ཞིག་ཤིང་རྟེན་སྒོལ་འཛིན་ཡང་སྒྲུབ་བའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་དེར་  
 ཐལ། དེས་སྒྲུབ་ཀྱི་རྩེ་ས་སུ་འབྲངས་ནས་རྒྱུད་སྒྲུབ་མའི་དགོངས་པ་དབྱ་  
 མར་བཀལ་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་བཤད་སྟོང་པོའི་རྒྱན་ལས། དྲང་ངེས་  
 འབྲེད་ཚུལ་དང་པོ་ལ་སྟོས་པའི་ཤིང་རྟེན་སྒོལ་འབྲེད་མགོན་པོ་སྒྲུབ་ལས་  
 ལོགས་སུ་བསམ་པར་མི་བྱ་སྟེ། དེ་ཉིད་ཀྱི་རྩེ་ས་སུ་འབྲངས་པའི་ཕྱིར་རོ།  
 ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

ཁོ་ན་རེ། འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཤིང་རྟེན་སྒོལ་འབྲེད་གཞན་ཀྱི་རྩེ་ས་  
 སུ་འབྲང་བར་ཐལ། དེ་མགོན་པོ་སྒྲུབ་ཀྱི་རྩེ་ས་སུ་འབྲང་བའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་  
 མ་ཁྱབ་ཟེར་ཡང་རེ་ཞིག་འདོད་པ་ཡིན་ཏེ། ཐོགས་མེད་ཀྱིས་སེམས་ཅམ་  
 པའི་ཤིང་རྟེན་སྒོལ་ཕྱེ་བ་དེ་སྒྲུབ་ཀྱི་རྩེ་ས་སུ་མ་འབྲང་གྲང་། དེ་སྒྲུབ་ཀྱི་  
 རྩེ་ས་སུ་འབྲངས་པ་བསྒྲུབས་ཟེན་པའི་ཕྱིར་དང་། རྩེ་བཙུན་ཀྱི་རྩེ་ས་སུ་ཡང་  
 འབྲང་བའི་ཕྱིར་རོ། འོ་ན། མཁས་གྲུབ་ཀྱིས་ཤིང་རྟེན་སྒོལ་འབྲེད་ཀྱི་མཆོན་  
 ཉིད་ཀྱི་ཟུར་དུ་མ་འབྲངས་པར་བཤད་པ་དེ་ཅི་ཡིན་ཞེ་ན། ཡོད་དེ། ཐོགས་  
 མེད་ཀྱིས་སེམས་ཅམ་པའི་ཤིང་རྟེན་སྒོལ་ཕྱེ་བ་དེ། འཇམ་སྒྲིང་འདིར་ཤིང་  
 རྟ་ཆེན་པོ་གཞན་ཀྱི་རྩེ་ས་སུ་མ་འབྲངས་པར་རང་སྟོབས་ཀྱིས་ཕྱེ་བའི་དོན་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ།

## བྱམས་གཞུང་།

༥ གཉིས་པ་རྒྱན་གྱིས་མདོ་འཆད་པའི་ཚུལ་དངོས་ལ། རྗེ་བཙུན་གྱིས་  
མདོན་རྟོགས་རྒྱན་འཆད་པ་ན། དེས་མདོའི་དོན་བཤད་ཐབས་ལན་ལག་ལྔའི་  
སྒྲོན་ས་བཤད་པ་ཡིན་ཏེ། དགོས་དོན། བསྐྱུས་དོན། ཆིག་དོན། མཆོམས་  
སྦྱར། བཀལ་ལན་དང་ལྔའི་སྒྲོན་ས་མདོའི་དོན་བཤད་པའི་བྱིར། དེ་ཡང་ཡིན་  
ཏེ། །རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ཉིད་ལམ། །ཞེས་སོགས་གྱིས་དགོས་དོན་  
དང་། །ཤེས་རབ་པ་རོལ་བྱིན་པ་ནི། །ཞེས་པ་ནས། །རྣམ་པ་བཞེར་ནི་ཡང་  
དག་བཟོད། །ཅེས་པའི་བར་དང་། །མཆོན་ཉིད་དེ་ཡི་སྦྱོར་བ་དང་། །ཞེས་པ་  
ནས། །དོན་བསྐྱུས་གཞན་ཏེ་རྣམ་པ་གསུམ། །ཞེས་པའི་བར་གྱིས་བསྐྱུས་  
དོན་དང་། །སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་གཞན་དོན་བྱིར། །ཞེས་པ་ནས། །རྣམ་པ་ཉི་  
ཤུ་བདུན་དུ་བཞེད། །ཅེས་པའི་བར་གྱིས་ཆིག་དོན་དང་། །དེ་ནས་ཐམས་  
ཅད་ཤེས་པ་ཉིད། །ཅེས་པ་དང་། །དེ་ནས་སེཀླེ་རྣམ་བསྐྱེད་ས་པའི། །ཞེས་  
སོགས་མཆོམས་སྦྱར་དང་། །

ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་དབྱེར་མེད་བྱིར། །ཞེས་སོགས་དང་། དེ་ལ་ལྷན་  
ཀ་སྤངས་པ་ཡི། །ཞེས་སོགས་དང་། །དངོས་པོ་བཟོད་དུ་མེད་པ་ལ། །ཞེས་  
སོགས་དང་། །འགོག་པ་མེད་པའི་རང་བཞིན་ལ། །ཞེས་སོགས་གྱིས་བཀལ་  
ལན་གྱི་སྒྲོན་ས་བཤད་ཅིང་། མཆོམས་སྦྱར་པལ་ཆེར་ཤུགས་ལ་བསྐྱར་པའི་

ཕྱིར། དེ་ལྟར་བཤད་པ་ལ་དགོས་པ་བྱུང་པར་ཅན་ཡོད་དེ། དགོས་དོན་གྱིས་  
 བཤད་པས་ཉན་པ་པོས་མདོའི་དོན་གྱི་གཙོ་བོ་དགོས་པ་མཐོང་བ་དང་།  
 བསྐྱུས་དོན་གྱིས་ཉམས་སྲུབ་སྒྲུབ་བྱའི་ལམ་གྱི་ལུས་མཐོང་བ་དང་། ཆིག་དོན་  
 གྱིས་མཐའ་ཆོད་པར་ཞེས་པ་དང་། མཆམས་སྒྲུབ་གྱིས་ཆིག་དོན་སྒྲུབ་ཕྱིར་  
 གོ་རིམ་གྱི་འབྲེལ་ཞེས་པ་དང་། བརྒྱལ་ལན་གྱིས་རང་ཆིག་དང་ཁས་སྒྲུབ་  
 དངོས་ཤུགས་ལ་འགལ་བ་མེད་པར་བསྟན་པས་མདོའི་དོན་བདེ་སྒྲག་ཏུ་  
 ཉོགས་པའི་དགོས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་ཡང་ནམ་བཤད་རིག་པ་ལས། །  
 མདོ་དོན་སྒྲུབ་ནམས་ལ་ནི། །ངས་ནི་མན་ངག་སྦྱིན་པར་བྱ། །དགོས་པ་  
 བསྐྱུས་པའི་དོན་བཅས་དང་། །ཆིག་དོན་བཅས་དང་མཆམས་སྒྲུབ་བཅས། །  
 བརྒྱལ་ལན་བཅས་ཏེ་བསྟན་པར་བྱ། །ཞེས་པ་དང་། ཐོག་མར་དགོས་པ་  
 བཟོད་པར་བྱ། །དེ་སྒྲུབ་དེ་ནི་བསྐྱུས་དོན་ལ། །བསྐྱུས་པའི་དོན་ནི་ཆིག་དོན་  
 ལས། །གོ་རིམ་རིགས་པ་སྒྲུབ་ཕྱིར་དག །མི་འགལ་བ་ནི་གཉིས་ལས་སོ། །  
 ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

འོ་ན། བསྟན་བཅོས་མདོན་པར་ཉོགས་པའི་རྒྱན་འདི་མཛད་པ་པོའི་རྩེ་  
 བཙུན་སངས་རྒྱས་ཡིན་ནམ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དབང་ཡིན་ཞེ་ན། རོང་ཞིག་  
 ལ། རྩེ་བཙུན་ལ། བཤ་ཆེན་ཆོས་འབྱོར་དཔལ་བཟང་སོགས་ནི་རྩེ་བཙུན་  
 བྱམས་མགོན་སངས་རྒྱས་ཡིན་ཏེ། འབྲེལ་པ་ལས། སངས་རྒྱས་དབང་གིས་



ཉིད་པ་ནི། །ཞེས་པ་དང་། བཅོམ་ལྡན་འདས་འཕགས་པ་མ་རྒྱལ་བ་ལས་  
རྒྱལ་བ། ཞེས་པ་དང་། རྣམ་བཤད་ལས། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་རྩ་འབྲུལ་ལ་  
བརྟེན་ནས། ཞེས་དང་། རྒྱུད་སྦྲ་དར་རྟེན་གྱི་ལས་ཀྱང་། དེས་པའི་དོན་ཉིད་དུ་  
བཅོམ་ལྡན་འདས་བྱམས་པ་ཉིད་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་མའོན་པར་རྩོགས་པར་  
སངས་རྒྱས་ཟེན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་སངས་  
རྒྱས་ཡིན་པར་ཐལ། བསྐྱལ་བཟང་གི་སངས་རྒྱས་སྟོང་པོ་སངས་རྒྱས་ཡིན་  
པ་གང་ཞིག རྗེ་བཙུན་སངས་མ་རྒྱས་ན། སངས་རྒྱས་སྟོང་པོ་སངས་རྒྱས་  
མ་ཡིན་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་སྟོང་པོ་ཡོད་པ་  
གང་ཞིག དེ་ཡོད་ན་སངས་རྒྱས་མ་ཡིན་པར་སྐྱེས་ཀྱང་སྐྱབ་མི་རུས་པའི་  
ཕྱིར། ཕྱི་མ་དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་སྟོང་གི་ནང་ཆོན་དུ་གྱུར་བའི་རྗེ་བཙུན་  
བྱམས་མགོན་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཟེར། གཞན་ཡང་། དེ་སངས་རྒྱས་ཡིན་པར་  
ཐལ། རྗེ་སྦྲ་མས་དེ་སངས་རྒྱས་སྐྱབ་བཞེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་རྗེ་  
བཙུན་བྱམས་མགོན་དངོས་པོའི་གནས་ཆོད་ལ་སངས་རྒྱས་ཡིན་ཀྱང་།  
གདུལ་བྱ་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཛད་པ་དངོས་སུ་མི་སྟོན་པར་བཤད་པའི་  
ཕྱིར་ཏེ། ལྷགས་རིམ་ལས། དངོས་པོ་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱང་། མཛད་པ་གདུལ་  
བྱ་རྣམས་ལ་ཐུན་མོང་དུ་མི་སྟོན་པ་མི་འགལ་བའི་ཕྱིར་ཏེ། ཞིང་འདིར་སྟོན་  
པའི་འཁོར་དུ་བྱུང་བའི་བྱམས་པ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་



པའི་ཕྱིར་ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་ལུང་རིགས་ལ་བརྟེན་ནས་སྐབ་བོ། །འདི་དག་ལ་  
 ཕྱིས་ཀྱི་མཁས་པ་ཁ་ཅིག་མཐའ་གཅིག་ཏུ་དགག་པ་མཛད་ཀྱང་། ཁོ་བོ་ནི།  
 རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་རྩེ་བཙུན་སངས་རྒྱས་མ་ཡིན་ལོ་ཞེས་མི་འདོད་ལ། དེ་  
 ལྟ་ནའང་རྣམ་བཤད་དང་། མཁས་གྲུབ་ཀྱི་ཡིག་ཆ། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་སློ་  
 བཟང་རྒྱ་མཚོའི་བཞེད་པ་གཞིར་བཞག་ནས། རྒྱན་ཚུམ་པ་པོའི་རྩེ་བཙུན་  
 སངས་རྒྱས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་པ་ཐུན་མོང་བའི་སྐབས་འདིར་དེ་བྱང་  
 རྒྱུ་སེམས་དཔའ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ས་བཙུ་བ་ལ་གནས་པའི་  
 བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དུམ་གྱི་མདོ་ལས། སྐྱེ་བ་  
 གཅིག་གིས་ཐོགས་པའི་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་བྱམས་པ་མདོན་སྐྱམ་དུ་  
 གྱུར་པ་དེ་ལ་བྱིས་ཤིག་དང་། ཞེས་པ་དང་།

རྣམ་བཤད་ལས། ས་བཙུའི་དབང་ཕྱག་གི་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་  
 བཙུས་ཞེས་སོགས་དང་། རྩེ་བཙུན་མདོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་པའི་  
 དབང་དུ་བྱེད་ན། ཐུན་མོང་བ་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྐབས་མ་སྐྱེ་བ་ཡིན་  
 ལ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། ཉེ་བའི་སྤས་ཆེན་བརྒྱད་པོ་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་ཡིན་པ་གང་  
 ཞིག ཉེ་བའི་སྤས་བརྒྱད་ཀྱི་ནང་ཆོད་དུ་གྱུར་པའི་རྩེ་བཙུན་བྱམས་མགོན་  
 ཡོད་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། ཉེ་བའི་སྤས་བརྒྱད་ཡོད་པ་གང་ཞིག དེ་

ཡོད་ན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡིན་པར་འགྲུབ་པའི་བྱིར། བྱི་མ་དེར་ཐལ།  
དེ་དག་བྱང་སེམས་མིན་ན། ས་བཙུ་པའི་བྱང་སེམས་གཞན་ཡང་འདྲི་ག་  
དཀའ་བའི་བྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡིན་པར་ཐལ།  
འཕགས་པ་བྱམས་པ་རང་ཉིད་དམ་པའི་སྦྱོད་པ་དང་མ་ཐུན་པར་ཞེས་  
སོགས་གྱིས་མཆོད་བཟོད་རང་དོན་གྱི་དགོས་པ་ལ་མཆམས་སྦྱར་བའི་  
བྱིར། བྱི་སྤྱོད་གཞུང་དེས་རྒྱན་ཅོམ་པ་པོ་ཐེ་བཙུན་གྱིས་ད་དུང་རང་དོན་  
ཆོས་སྦྱོད་དུ་གཉེར་དགོས་པར་བསྟན་པའི་བྱིར།

འོ་ན། ཐེ་བཙུན་གྱི་རྒྱུད་ལ་རང་དོན་དོན་གཉེར་གྱི་སྒོ་ཡོད་དམ་མེད་  
ཅེ་ན། འདི་ལ་ཐེ་བཙུན་སངས་རྒྱས་སྤྱོད་ན། དེ་ལ་རང་དོན་དོན་གཉེར་  
གྱི་སྒོ་མེད་དགོས་པར་འདོད་པའི་མཁས་པ་མང་དུ་སྒྲུང་ཡང་། མཁས་གྲུབ་  
གྱི་ལུགས་ལ་སངས་རྒྱས་ལ་ཡང་རང་དོན་དོན་གཉེར་གྱི་སྒོ་ཡོད་དེ། དེའི་  
རྒྱུད་ལ་རང་དོན་ཆོས་སྦྱོད་གཉེར་གྱི་སྒོ་ཡོད་པའི་བྱིར། ཞེས་གསུངས།  
དེ་ལ་ཁོ་ན་རེ། སངས་རྒྱས་ལ་རང་དོན་དོན་གཉེར་གྱི་སྒོ་ཡོད་པར་འདོད་པ་  
དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། རྣམ་བཤད་ལྟར་ན། ཐེག་པ་ཐུན་མོང་བའི་སྐབས་  
འདིར་རྒྱན་ཅོམ་པ་པོའི་ཐེ་བཙུན་བྱང་སེམས་སྤྱོད་པར་བདེན་ཡང་།  
སངས་རྒྱས་སྤྱོད་ན། དེའི་རྒྱུད་ལ་རང་དོན་དོན་གཉེར་གྱི་སྒོ་མེད་  
དགོས་པར་དོན་གྱིས་བསྟན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། རོང་ཁྱིམ་པས་ཐེ་བཙུན་

ལ་རང་དོན་དོན་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོ་མེད་པར་ཁས་སྦངས་པ་ལ། རྣམ་བཤད་ལས།  
 ཆེ་བཙུན་སངས་རྒྱས་སུ་འདོད་ན། ཐེག་པ་ཐུན་མོང་བ་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་  
 པའི་སྐབས་མ་བྱེ་བའི་སྒྲོན་བརྗོད་མཛད་ལ། བྱང་སེམས་སུ་འདོད་ན། རང་  
 དོན་རྫོགས་པ་ལ་ཆོས་སྐྱ་མི་དགོས་པར་ཐལ་བའི་སྒྲོན་བརྗོད་པའི་བྱིར་བེར་  
 རོ། །སྒར་རྒྱན་ཚུམ་པ་པོའི་ཆེ་བཙུན་སངས་རྒྱས་སུ་བཤད་པའི་ལྷུང་གི་དོན་  
 གང་ཡིན་ཞེ་ན། སྒྲགས་རིམ་ལས་སངས་རྒྱས་སུ་བཤད་པ་དེ་ཐུན་མོང་མ་  
 ཡིན་པ་སྒྲགས་ཀྱི་ཐེག་པའི་དབང་དུ་བྱས་ལ། གཞན་རྣམས་པར་བྱེད་ཐེག་  
 པའི་གྲུབ་མཐའི་སྐབས་དང་མ་སྒྱར་བར་སྒྱིར་བསྟན་པ་ཅམ་ཡིན་པའི་བྱིར།  
 དེས་ན། རྒྱན་ཚུམ་པ་པོའི་ཆེ་བཙུན་མངོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱ་བའི་  
 ཚུལ་ཡོད་དེ། དེས་དགའ་ལྡན་ཀྱི་གནས་དེ་ཉིད་དུ་རང་འབྲུ་བའི་རྣམ་འབྲུལ་  
 གཅིག་བཞག རོ་བོ་འོག་མིན་དུ་ཆོས་སྐྱ་མངོན་དུ་མཛད། སྒར་ཡང་སྒྲུལ་པ་  
 དེ་ཉིད་དུ་ཁྱགས་ནས། འཛམ་གླིང་འདིར་མཛད་པ་བཙུ་གཉིས་ཀྱི་ཚུལ་སྟོན་  
 པར་འགྱུར་བའི་བྱིར། དེ་སྐད་དུ་ཡང་། བལ་པོ་ཆེའི་མདོ་ལས། བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་དགའ་ལྡན་ཀྱི་གནས་ན་འདུག་བཞིན་དུ་ཆོས་ཀྱི་སྐར་མངོན་  
 པར་རྫོགས་པ་སངས་རྒྱ་བའི་བྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར།

སྒྱིར་མཐའ་ཆོད་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན། བྱམས་མགོན་དེ་ལ། རྒྱན་  
 ཚུམ་པ་པོའི་ཆེ་བཙུན་བྱམས་མགོན་དང་། ཉེ་སྤྲས་བརྒྱད་ཀྱི་ནང་ཆོན་དུ་

གྱུར་པའི་བྱམས་མགོན་དང་། སངས་རྒྱས་སྟོང་གི་ནང་ཚན་གྱི་བྱམས་  
མགོན་རྣམས་སུ་ཡོད་ཀྱང་། རྒྱན་ཚུམ་པ་པོའི་རྗེ་བཙུན་བྱང་སེམས་སུ་ཁས་  
ལྷང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལ་ཁོ་ན་རེ། རྒྱན་ཚུམ་པ་པོའི་རྗེ་བཙུན་སངས་རྒྱས་ཡིན་པར་ཐལ།  
ལྷའི་བྱ་དམ་པ་ཏྲོག་དཀར་པོ་སངས་རྒྱས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། རེ་ཞིག་  
མ་བྱལ། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། དེས་མཛད་པ་བཙུ་གཉིས་པོ་ཚས་སྤྱིའི་ངང་  
ལས་མ་གཡོས་པར་སྟོན་པར་མཛད་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། ཚས་  
གྱི་སྤྱི་ལས་མ་གཡོས་པར། །སྤྱལ་པའི་རང་བཞིན་སྣ་ཚོ་གས་གྱིས། །སྦྱེ་བ་  
མངོན་པར་སྦྱེ་བ་དང་། །དགའ་ལྡན་གནས་ནས་འཕོ་བ་དང་། །ཞེས་སོགས་  
གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་དེ་སངས་རྒྱས་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་མ་འོངས་པའི་  
སངས་རྒྱས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། དེ་མ་འོངས་པའི་སངས་རྒྱས་ཡིན་པའི་  
དོན། དེ་མ་འོངས་པའི་དུས་ན་སངས་རྒྱས་དགོས་ཡིན་པ་ལ་བྱེད་དམ། མ་  
འོངས་པ་ཡང་ཡིན། སངས་རྒྱས་ཀྱང་ཡིན་པའི་དོན་ལ་བྱེད། དང་པོ་ལྟར་ན་  
མི་འཐད་པར་ཐལ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སངས་རྒྱས་ཡིན་པར་  
འགྱུར་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མ་འོངས་པའི་དུས་སུ་  
སངས་རྒྱས་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་ལྟར་ན། མི་འཐད་པར་ཐལ། མ་འོངས་  
པའི་གང་ཟག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ད་ལྟ་བའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་

བྱིར། དེར་ཐལ། ད་ལྟར་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པའི་འཁོར་དུ་གྱུར་པའི་གང་ཟག་  
 ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ཇི་བཙུན་བྲམས་པ་ཡིན་ན། སངས་རྒྱས་ཡིན་དགོས་  
 ། ། བྲམས་མགོན་ཡིན་ན། སངས་རྒྱས་ཡིན་པས་མ་ཁྲབ་སྟེ། ཇི་བཙུན་  
 བྲམས་མགོན་གྱིས་བྲམས་པ་ཞེས་པའི་མཚན་སྟོབ་པ་དང་མི་སྟོབ་པའི་  
 གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ་མི་འདོར་བའི་བྱིར། ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་  
 ཐལ། ཇི་བཙུན་ཡིན་ན། སངས་རྒྱས་ཡིན་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་  
 མེད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཇི་བཙུན་གྱི་སྐད་དོད་སྟོལ་བ་སོགས་ལ་འཇུག་  
 པས་ས་བཙུ་པའི་བྱང་སེམས་རྣམས་ཀྱང་སེམས་ཅན་སྟོལ་བའི་དེད་དཔོན་  
 ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། རྒྱད་ལྔ་མ་ལས། །སེམས་ཅན་ཡང་དག་སྟོལ་བ་  
 ལ། །འཇིག་རྟེན་ན་ནི་མཉམ་པ་ཉིད། །ཅེས་གསུངས་པའི་བྱིར།

འོན་ཀྱང་། བྲམས་མགོན་ཡིན་ན། བྲམས་པ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པར་  
 འདོད་མི་རིགས་ཏེ། བྲམས་པ་དང་སྦྱང་ཇི་གང་རུང་ཡིན་ན། ཤེས་པ་ཡིན་  
 དགོས་པའི་བྱིར།

ཁ་ཅིག་ དགའ་ལྡན་གྱི་རྟེན་ལ་གསར་དུ་སངས་རྒྱ་བ་ཡོད་པར་ཐལ།  
 དགའ་ལྡན་གྱི་རྟེན་ཅན་གྱི་ཇི་བཙུན་བྲམས་མགོན་དེ། དགའ་ལྡན་གྱི་རྟེན་ལ་  
 གསར་དུ་སངས་རྒྱ་བའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེས་དགའ་ལྡན་དུ་སྒྱུལ་བ་གཅིག་  
 བཞག་ འོག་མིན་དུ་ཆོས་སྒྱུ་མངོན་དུ་མཛད་མ་ཐག་པ་དེའི་ཆེ་དགའ་ལྡན་གྱི་



སྤྱལ་པ་དེ། སངས་རྒྱས་མ་ཐག་པའི་དགའ་ལྡན་གྱི་རྟེན་ཅན་གྱི་གང་ཟག་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་ཆེ་དེ་དགའ་ལྡན་གྱི་རྟེན་ཅན་གྱི་རྣམ་པར་  
བསྟན་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། སྟོན་པ་ལྟ་བུ་བས་རི་བོང་དུ་སྤྱལ་  
པ་དེ། རི་བོང་གི་རྣམ་པར་བསྟན་ཀྱང་། དེ་རི་བོང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་  
དེར་ཐལ། དུད་འགྲོ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
གོང་དུ་འདོད་མི་བྱས་ཏེ། འདོད་པའི་རྟེན་ལ་གསར་དུ་སངས་རྒྱ་བ་མེད་པའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། ལྟར་གཤེགས་པ་ལས། འདོད་པ་ཁམས་དང་སྲིད་ཅེ་  
ན། །སངས་རྒྱས་རྣམ་པར་སངས་མི་རྒྱ། །གཟུགས་ཀྱི་ཁམས་ཀྱི་འོག་མིན་  
དུ། །འདོད་ཆགས་བྲལ་ཏེ་སངས་རྒྱལ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག  
འདོད་པའི་རྟེན་ལ་གསར་དུ་སངས་རྒྱ་བའི་གང་ཟག་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་  
ཚུལ་སྟོན་པའི་གང་ཟག་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། རྒྱལ་བུ་གཞོན་  
བུ་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་དེ་ལྟར་སྟོན་པའི་ཕྱིར། ཡང་། ཆེ་གཅིག་ལུས་གཅིག་ལ་  
སངས་རྒྱ་བའི་སོ་སྟེ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་ལ་སངས་རྒྱ་བའི་གང་ཟག་ཡོད་པའི་  
ཕྱིར་ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། ཆེ་གཅིག་ལུས་གཅིག་ལ་སངས་  
རྒྱ་བའི་སྲིད་པ་ཐ་མ་པའི་བྱང་སེམས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྲིད་པ་ཐ་  
མ་བའི་བྱང་སེམས་རྣམས་རྟེན་དེ་ལ་འོག་མིན་དུ་སངས་རྒྱ་བའི་ཕྱིར། དེར་  
ཐལ། འཇུག་འགྲེལ་ལས། ལྷ་ན་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་ཡང་བཅོམ་ལྡན་འདས་



ཀྱིས་འོག་མིན་གྱི་གནས་ཁོ་ནར་བརྟེན་སོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ།།

ཉན་ཐོས་ཞི་ཆོལ་མ།

༥ གསུམ་པ་རྩ་བའི་དོན་བཤད་པའི་སྒྲོན་ས་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གཉིས།  
འགྲེལ་པའི་མཆོད་བརྗོད་སོགས་ཀྱི་བྱེད་པར་བསྟན་པ་དང་། རྩ་བའི་དོན་  
བཤད་པའི་སྒྲོན་ས་མཐའ་དབྱེད་པ་དངོས་སོ། །དང་པོ་ནི། ཤེས་རབ་པ་རོལ་  
ཕྱིན་པ་ལ། །དེའི་རྒྱན་ཆོག་ལེ་ཏུར་བྱས་པ་དག །ཀྱན་གྱི་རྒྱན་དུ་འགྱུར་བར་  
ནི། །རྣམ་པར་དབྱེ་ཕྱིར་གྲུས་ཕྱག་འཆོལ། །ཞེས་པས་གཞུང་ལམ་འབྲས་  
བུའི་ཤེས་ཕྱིན་གསུམ་ལ་བསྟོད་ཕྱག་མཛད་ནས། འགྲོ་ལ་ཆགས་པས་ཀྱན་  
ཆགས་མཛད། །ཅེས་སོགས་ཀྱིས་ངེ་ལྟར་རྩོམ་པའི་ཆུལ་བསྟན་ཏེ་འགྲེལ་པ་  
ལས་ཤེས་པར་བྱའོ།།

གཉིས་པ་ལ། མཆོན་གྱི་དོན་དང་། གཞུང་གི་དོན་དང་། མཇུག་གི་  
དོན་བཤད་པ་དང་གསུམ། དང་པོ་ལ་གཉིས། མཆོན་གྱི་དོན་དང་། འགྱུར་གྱི་  
ཕྱག་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ། མཆོན་བསྐྱར་བ་དང་། མཆོན་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་ནི། རྒྱ་གར་སྐད་དུ། ཨ་ཟླེ་ས་མ་ཡ། ཞེས་པ་ནས། རྒྱན་ཅེས་  
བྱ་བ་ཞེས་པའི་བར་བྱང་། དོན་ནི། བསྟན་བཅོས་མཛོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་  
ཆོས་ཅན། བྱོད་ཀྱི་མཆོན་ལ་རྒྱ་གར་གྱི་སྐད་དུ་ཨ་ཟླེ་ས་མ་ཡ་ཞེས་སོགས་  
ཡིན་ལ། དེ་ཡང་བོད་སྐད་དུ་བསྐྱར་ན། ཤེས་རབ་ཅེས་སོགས་ལ་འཇུག་པ་

ཡིན་ཏེ། ཨ་ཟླ་ས་མ་ཡ་ནི་མངོན་པར་རྟོགས་པ། ཨ་ལྟར་ནི་རྒྱ། ལྷ་མ་ནི་  
ཞེས་བྲ་བ། བརྒྱ་ནི་ཤེས་རབ། ལྷ་ར་མི་ཏ་ནི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ། ལྷ་བ་དེ་ཤ་  
ནི་མན་ངག། འཕྲུ་ནི་བསྟན་བཅོས་ལ་འཇུག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི།  
བསྟན་བཅོས་འདི་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་མཆན་དེ་ལྟར་བཟོད་པའི་རྒྱ་མཆན་  
ཡོད་དེ། ཁྱོད་ལ་བཏེན་ནས་བཟོད་བྲ་ལམ་འབྲས་ཀྱི་ཤེར་ཕྱིན་གཉིས་བཟོད་  
བྱར་བྱེད་པའི་ཟོད་བྱེད་ཡུམ་རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱས་པ་གསུམ་ཀྱི་དོན་རྟོགས་  
པར་བྱེད་པས་ན། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་མན་ངག་དང་། འཆོས་  
སྐྱོབ་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གཉིས་དང་ལྡན་པས་ན་བསྟན་བཅོས། དོན་མངོན་པར་  
རྟོགས་པ་བརྒྱད་གསལ་བར་སྟོན་པས་ན་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱ་ཅེས་  
བྲ་བ་ཡིན་ལ། རྒྱ་ནི་གཙོ་བོར་གསལ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ལ་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ།  
སྐྱེས་བུའི་ལུས་བཟང་པོ་ལ་རྒྱ་གྱིས་སྐྱས་པ་གསལ་བྱེད་མེ་ལོང་ནང་དུ་  
ཤར་བ་ན། འདོད་ལྡན་རྣམས་དགའ་བ་བསྐྱེད་པ་ལྟར། ཡུམ་ཀྱི་ལུས་བཟང་  
པོ་ལ་མཛེས་བྱེད་དོན་བདུན་ཅུས་སྐྱས་པ་གསལ་བྱེད་བསྟན་བཅོས་འདིར་  
གསལ་བར་ཤར་བ་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་མཐོང་བའི་ཆེ་ཡིད་དགའ་བར་  
བྱེད་པས་རྒྱ་ཞེས་བཟོད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་འགྱུར་གྱི་ཕྱག་ནི།      སངས་རྒྱས་དང་ཞེས་པ་ནས་ཕྱག་  
འཆལ་ལོ་ཞེས་པའི་བར་གསུངས། དོན་ནི། ཕྱག་འཆལ་ལོ། །གང་ལ་ན། མ་

རིག་པའི་གཉིད་སངས་ཤིང་། ཤེས་བྱ་ལ་སྒྲོ་གྲོས་ཐོགས་མེད་དུ་རྒྱས་པའི་  
སངས་རྒྱས་དང་། དེ་ཉིད་དོན་དུ་གཉེར་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་  
ཅད་ལ་འོ། །གང་གིས་ན། སྒྲོན་གྱི་ལོ་རྒྱ་བ་ཆེན་པོ་སྒྲོ་ལྡན་ཤེས་རབ་སོགས་  
ཀྱིས་སོ། །དུས་ནི་བསྟན་བཅས་འདི་བསྒྱུར་བའི་ཐོག་མར་དོ། །ཞེས་སོ། །

༺ གཉིས་པ་གཞུང་གི་དོན་བཤད་པ་ལ་གཉིས། བཤད་པ་ལ་འཇུག་  
པ། བཤད་པ་ཉི་བར་དགོད་པའོ། དང་པོ་ལ་གཉིས། མཆོད་པར་བརྗོད་པ།  
བཤད་པར་དམ་བཅའ་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། ཆིག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་  
པའོ། །

དང་པོ་ནི། ཉན་ཐོས་ཞི་བ་ཆོལ་རྣམས་ཞེས་སོགས་ཀྱི་རྒྱུ་པ་བཞི་  
གསུངས་། འདི་ལ་བསྟོད་པ་དང་བྲུག་འཆལ་བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ།  
མཁྱེན་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པའི་སྒྲོ་ནས་བསྟོད་པ་དང་། འཕགས་  
བཞིའི་ཡུམ་བྱེད་པའི་སྒྲོ་ནས་བསྟོད་པའོ། །

དང་པོ་ནི། ཉན་ཉན་ཐོས་དང་རང་རྒྱལ་རང་དོན་དུ་འབྲས་བུ་སྒྲུག་ཀྱན་  
སྤངས་པའི་ཞི་བ་བྱང་འདས་ཆོལ་བ་པོ་རྣམས་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་འབྲས་བུ་ཉི་  
བར་ཞི་བར་འབྲིད་པའི་ཐབས་ཡོད་དེ། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པར་རྟོགས་  
པའི་ཀྱན་ཤེས་ཉི་གཞི་ཤེས་གང་ཡིན་པའི་ཐབས་དེ་ཉིད་ཀྱིས་འབྲིད་པར་  
མཛད་པའི་ཕྱིར། ཉན་འགྲོ་བ་ལ་པན་པ་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པའི་བྱང་སེམས་

འཕགས་པ་རྣམས་ཆོས་ཅན། བྱོད་ཀྱི་འབྲས་བུ་འཛིག་ཏེ་གདུལ་བྱ་  
རིགས་ཅན་གསུམ་གྱི་དོན་སྐྱབ་པའི་ཐབས་ཡོད་དེ། ལམ་གསུམ་བདག་མེད་  
པར་རྟོགས་པའི་ལམ་ཞེས་གང་ཡིན་པའི་ཐབས་དེ་ཉིད་ཀྱིས་འབྲིད་པར་  
མཛད་པའི་བྱིར། ཏེན་བྱབ་པ་སངས་རྒྱས་བཙུག་ལྡན་རྣམས་ཆོས་  
ཅན། བྱོད་ཀྱིས་འབྲས་བུ་ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་ལམ་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པའི་  
བཟོད་བྱ་རྣམ་པ་ཀུན་དང་ལྡན་པའི་རྟོད་བྱེད་མདོ་སྡེ་རིན་པོ་ཆེ་སྣ་ཆོགས་པ་  
འདི་གསུངས་པའི་ཐབས་ཡོད་དེ། ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ངོ་བོ་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་པ་  
ཐམས་ཅད་བདག་མེད་པར་རྟོགས་པའི་རྣམ་མཁྱེན་གང་དང་ཡང་དག་པར་  
ལྡན་པས་ཏེ་ཐབས་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་གསུངས་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་འཕགས་བཞིའི་ཡུམ་བྱེད་པའི་སྒོ་ནས་བསྟོད་པ་ནི། མཁྱེན་  
གསུམ་ཆོས་ཅན། བྱོད་འཕགས་བཞིའི་བཞེད་དོན་སྐྱབ་པའི་ཡོན་ཏན་དང་  
ལྡན་པ་ཡིན་ཏེ། རང་སྤྱི་ཉན་ཐོས་འཕགས་པ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
འཕགས་པའི་ཆོགས་དང་བཅས་པ་སྟེ་རང་རྒྱལ་འཕགས་པ་དང་། སངས་  
རྒྱས་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱི་བཞེད་དོན་སྐྱབ་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ། ཕྱག་འཆལ་བ་ནི། རྗེ་བཙུན་བྱམས་མགོན་ཆོས་ཅན། བྱོད་  
ཀྱི་རྒྱན་ཅོམ་པའི་ཐོག་མར་ཡུམ་མཁྱེན་པ་གསུམ་པོ་དེ་ལ་ཕྱག་འཆལ་བ་  
ཡིན་ཏེ། སྒོ་གསུམ་གྲུས་པས་འདུད་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེ་ལྟར་ཡང་རྟེན་པ་

དང་པོའི་དོན་འཆད་པ་ན། འབྲེལ་པ་ལས། ཉན་ཐོས་དང་དེའི་སྟོབས་སུ་  
བསྐྱོན་པ་རྣམས་པར་ཐར་པ་ཅུང་ཟད་ཅམ་ཞིག་གིས་སྟག་པ་རིམ་པ་གཅིག་  
གིས་བསྟན་པ་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱང་སྟེ། ཞེས་སོགས་དང་། གཉིས་པའི་དོན་  
ལ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་འཁོར་བ་ཇི་སྟེད་པར་འགོ་བའི་དོན་བྱེད་པ་  
རྣམས། ཞེས་སོགས་དང་། གསུམ་པའི་དོན་ལ། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་བ་  
མེད་པར་བྱུགས་སུ་ཆུད་པ་གང་དང་ལྡན་ན་སངས་རྒྱས་ཡང་དག་པས་  
བསྐྱམས་པའི་སྐྱེ་ཅན་རྣལ་འབྱོར་ཅན་གྱི་དབང་ཕུག་གི་གཙོ་བོ་རྣམས། ཞེས་  
སོགས་དང་། བཞི་པའི་དོན་ལ། སངས་རྒྱས་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པས་ཡོངས་  
སུ་བསྐྱོར་བ་དེ་སྐབ་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཡུམ་དེ་ལ་བྱུག་འཆའ་ལོ། །ཞེས་  
གསུངས་།

འོ་ན། ཆིག་རྒྱུ་གསུམ་པའི་གང་ཞེས་པ་སྟེ་སྐྱེ་ཡིན་པས་བྱེ་བྲག་རྣམ་  
མཁེན་ལ་ཇི་ལྟར་གོ་ཞེ་ན། དེ་རྣམ་མཁེན་ལ་གོ་བར་ཐལ། དེ་སྟེ་སྐྱེ་ཡིན་ཀྱང་  
མཁེན་གསུམ་ལ་བསྟོད་པའི་སྐབས་དང་། གཞན་གཉིས་ལ་བསྟོད་ཟེན་པའི་  
འུགས་དང་། ཐུབ་རྣམས་ཞེས་པའི་བྱེད་པར་གྱི་ཆིག་དང་འབྲེལ་བས་རྣམ་  
མཁེན་ལ་གོ་བའི་བྱེད་པ་དེ་ལྟར་གོ་སྟེ། རྣམ་བཤད་ལས། གང་ཞེས་པ་སྟེ་སྐྱེ་  
ཡིན་ཡང་མཁེན་གསུམ་ལ་བསྟོད་པའི་སྐབས་དང་། གཞན་གཉིས་ལ་བསྟོད་  
ཟེན་པའི་འུགས་དང་། ཐུབ་པའི་ཆིག་དང་འབྲེལ་བས་རྣམ་མཁེན་ཁོ་ན་ལ་



གོ་བར་འགྱུར་རོ། ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར།

གཉིས་པ། མཐའ་དབྱེད་པ་ལ། དགག་གཞག་སྤང་གསུམ་ལས། དང་  
པོ་ལ་ཁ་ཅིག་ན་རེ། མཆོད་བརྗོད་ཀྱི་སྐབས་འདིར་དང་པོར་གཞི་ཤེས། དེ་  
ནས་ལམ་ཤེས། དེ་ནས་རྣམ་མཁྱེན་ལ་བསྟོད་པའི་གོ་རིམ་དེ་ཡུམ་གྱི་མདོའི་  
སྤང་གཞིའི་གོ་རིམ་དང་མཐུན་པར་བསྟོད་པ་ཡིན་ཏེ། བསྟན་བཅས་རིན་  
ཆེན་སྟོན་མེ་ལས་བཤད་པ་ལྟར། ཆེ་དང་ལྡན་པ་འོད་སྤང་ཆེན་པོ་དང་། ཞེས་  
སོགས་ཀྱིས་བསྟན་པའི་གཞི་ཤེས་དེ། འདིར་ཉན་ཐོས་ཞི་བ་ཆོལ་རྣམས་  
ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན། ཆེ་དང་ལྡན་པ་བཟང་སྤྱོད་དང་། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་  
བསྟན་པའི་ལམ་ཤེས་དེ། འདིར་ལམ་ཤེས་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་སོགས་ཀྱིས་  
བསྟན། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་གདན་སེལ་འཇུག་གི་བཤམས་པ་ལ་སྤྱོད་པོར་  
སྤང་། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་པའི་རྣམ་མཁྱེན་དེ། འདིར་གང་དང་ཡང་དག་  
ལྡན་པས་ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་པའི་སྤྱིར་བེད་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ།  
འཕགས་པ་དང་སྟོབ་དཔོན་གཉིས་ཀས་མཆོད་བརྗོད་དང་སྤང་གཞི་སྤྱར་  
བའི་བཤད་པ་མ་མཛད་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། སྤང་གཞིའི་བཤད་པ་འཕགས་  
པས་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་མཁུག་ཏུ་མཛད། སྟོབ་དཔོན་གྱིས་དགོས་འགྲེལ་གྱི་  
མཁུག་ཏུ་མཛད་པའི་སྤྱིར།

ཁ་ཅིག་ མཆོད་བརྗོད་ཀྱི་སྐབས་འདིར་ལུས་རྣམ་གཞག་ཏུ། རྣམ་ཀུན་



མཁྱེན་ཉིད་ལམ་ཤེས་ཉིད། །དེ་ནས་ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་ཉིད། །ཅེས་པ་དང་།  
སྐབས་དང་པོ་གསུམ་དུ་ཡང་། རྣམ་མཁྱེན། ལམ་ཤེས། གཞི་ཤེས་གསུམ་  
རིམ་པར་བསྟན་པ་དང་གོ་རིམ་མི་མཐུན་པར་དང་པོར་གཞི་ཤེས། དེ་རྩེས་  
ལམ་ཤེས། དེ་རྩེས་རྣམ་མཁྱེན་ལ་བསྟོན་པ་དེ། མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་ཆེ་དུ་  
བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་ལམ་ལ་རིམ་གྱིས་འཇུག་པའི་གོ་རིམ་  
དང་མཐུན་པར་བསྟོན་པ་ཡིན་ནོ། ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། མངོན་  
རྟོགས་རྒྱན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་ཉན་ཐོས་དང་རང་རྒྱལ་གྱི་ལམ་དུ་  
འཇུག་པ་མེད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་ཡིན་ན།  
དང་པོ་ཉིད་ནས་ཐེག་ཆེན་དུ་རིགས་ངེས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་ཅན་ཤིན་  
ཏུ་དབང་པོ་རྣམས་པོ་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ།  
མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་ཐེག་དམན་གྱི་རིགས་ཅན་  
མེད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཐེག་ཆེན་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བསྟན་བཅོས་  
ཡིན་པའི་བྱིར།

ཡང་དེ་ལྟར་བསྟོན་པ་དེ་མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་གདུལ་བྱ་པལ་པ་ཐེག་  
པ་གསུམ་གྱི་ལམ་ལ་རིམ་གྱིས་འཇུག་པའི་གོ་རིམ་དང་མཐུན་པར་བསྟོན་  
པ་ཡིན་ནོ་ཟེར་ན། དེ་ཡང་མི་འཐད་པར་ཐལ། མངོན་རྟོགས་རྒྱན་ཅོམ་པའི་  
ཐོག་མ་ཉིད་ནས་གདུལ་བྱ་པལ་པའི་ལམ་ཉམས་ལེན་གྱི་རིམ་པ་གཙོ་བོར་

བསྟན་པ་ལ་དགོས་པ་བྱུང་པར་ཅན་མེད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་མངོན་རྟོགས་  
རྒྱུ་གྱིས་གདུལ་བྱ་པལ་པའི་ལམ་ཉམས་ལེན་གྱི་རིམ་པ་མ་བསྟན་ཟེར་ན།  
དེ་བསྟན་པར་ཐལ། དེས་རིགས་ཅན་གསུམ་གྱི་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རིམ་  
པ་ངོ་བོ་ངེས་པ། གྲངས་ངེས་པ། གོ་རིམ་ངེས་པ་བསྟན་བྱའི་གཙུག་པོར་བྱས་  
ནས་བསྟན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་བཤད་ལས། གཏན་ལ་དབབ་བྱའི་གཙུག་  
པོ་ནི། རིགས་ཅན་གསུམ་གྱི་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རིམ་པ་ངོ་བོ་ངེས་པ་  
དང་། གྲངས་ངེས་པ་དང་། གོ་རིམ་ངེས་པ་གསུམ་གྱི་སྟོན་སྒྲིལ་ལྟར་ཉམས་  
སུ་ལེན་པའི་ཚུལ་མདོ་རྒྱས་འབྲིང་བསྟུས་གསུམ་གྱི་སྤྲུལ་དོན་ཁོང་ན་  
གནས་པ་གསལ་བར་སྟོན་པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག དེ་ལྟར་བསྟོད་པ་དེ་མངོན་རྟོགས་རྒྱུ་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་  
གདུལ་བྱས་དང་པོར་གཞི་ཤེས་ཐོབ། དེ་ནས་ལམ་ཤེས། དེ་ནས་རྣམ་མཁྲེན་  
ཐོབ་དགོས་པའི་གོ་རིམ་དང་མཐུན་པར་བསྟོད་པ་ཡིན་ནི་ཟེར་ན། དེ་མི་  
འཐད་པར་ཐལ། མངོན་རྟོགས་རྒྱུ་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱས་ལམ་ཤེས་  
མ་ཐོབ་པར་གཞི་ཤེས་ཐོབ་པར་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་ལམ་  
ཤེས་ཐོབ་པ་དང་འཕགས་ལམ་ཐོབ་པ་དུས་མཉམ་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་རྒྱུ་  
གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་དེ་མངོན་རྟོགས་རྒྱུ་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་  
བྱ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། མདོ་སྟེ་རྒྱུ་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་

བྱ་དེ་རྒྱན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྩེ་བཙུན་གྱིས་མཛད་པའི་རྒྱན་དེ་ལ་མངོན་རྟོགས་རྒྱན་དང་། མདོ་སྡེ་རྒྱན་གཉིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་བཤད་ལས། རྒྱན་རྣམ་པ་གཉིས་དང་། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་མཆོད་བརྗོད་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་ན། མཁྱེན་པ་ཡིན་པས་ཁྲབ་ཟེར་ན། འབྲས་བུ་ཆོས་སྐུ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་མཆོད་བརྗོད་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པར་ཐལ། མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱིས་འབྲས་བུ་ཆོས་སྐུ་ལ་བསྟོད་ཕྱག་མཛད་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། དེས་དངོས་པོ་བརྒྱད་ལ་བསྟོད་ཕྱག་མཛད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་དོན་མངོན་པར་རྟོགས་པ་བརྒྱད་ལ་བསྟོད་ཕྱག་མཛད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་མཁྱེན་གསུམ་གྱིས་དོན་མངོན་པར་རྟོགས་པ་བརྒྱད་ཉམས་ལེན་གྱིས་བསྐྱས་པའི་ཆ་ནས་དེ་ལ་བསྟོད་ཕྱག་མཛད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འབྲེལ་པ་དོན་གསལ་ལས། དེ་ལ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་གསུམ་གྱིས་དོན་བརྒྱད་བསྐྱས་ལ། ཞེས་སོགས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཅ་བར་འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། མཁྱེན་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདུས་བྲས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འདུས་མ་བྲས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་མཆོད་བརྗོད་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་ཡུམ་

ཡིན་ན་འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་མཁྱེན་པ་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན། དམན་ལམ་སྟོན་  
དུ་མ་སོང་བའི་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་ཆོག་ས་ལམ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། མངོན་རྟོགས་རྒྱུད་ཀྱིས་དེ་ལ་བསྟོད་པུག་མཛད་པའི་ཕྱིར། དེར་  
ཐལ། དེས་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་ཆོག་ས་ལམ་ལ་བསྟོད་པུག་མཛད་པའི་ཕྱིར། དེར་  
ཐལ། དེས་རྣམ་རྟོགས་སྟོར་བ་ལ་བསྟོད་པུག་མཛད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
དེས་དོན་མངོན་པར་རྟོགས་པ་བརྒྱུད་ལ་བསྟོད་པུག་མཛད་པར་བསྐྱབས་  
ཟེན་པའི་ཕྱིར། ཅ་བར་འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་མཁྱེན་པ་མ་  
ཡིན་པར་ཐལ། སོ་སྤྱིའི་མངོན་རྟོགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་མཁྱེན་པ་ཡིན་ན། མཆོད་བརྗོད་ཀྱི་སྐབས་  
འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཡུམ་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན། རང་རྒྱལ་ཀྱི་མཐོང་  
ལམ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རང་རྒྱལ་འཕགས་པའི་  
མཁྱེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རང་རྒྱལ་ཀྱི་བདེན་པ་མངོན་རྟོགས་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། གོང་དུ་འདོད་ན། མི་འཐད་པར་ཐལ། མཆོད་བརྗོད་ཀྱི་གཞུང་  
འདིས་རང་རྒྱལ་ཀྱི་མཐོང་ལམ་དེ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་མངོན་རྟོགས་ཀྱི་ཤུགས་ལ་  
བསྟན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འགྲེལ་པ་ལས། ཉན་ཐོས་དང་དེའི་ཕྱོགས་སུ་  
བསྐྱོན་པ་རྣམ་པར་ཐར་པ་ཅུང་ཟད་ཅམ་ཞིག་གིས་ལྷག་པ་རིམ་པ་གཅིག་  
གིས་བསྟན་པ་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱང་སྟེ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་

རང་སྤྱོད་འཕུལ་གྲགས་པའི་བཞེད་དོན་སྤྱད་ཀྱི་འཕུལ་གྲགས་སྤྱད་ཀྱི་མཆོད་པ།  
 མཆོད་བཟོད་ཀྱི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་ཡུམ་གྱི་མཆོད་ཉིད་ཡིན་ཟེར་ན། ཉན་  
 ཐོས་ཀྱི་ཆོག་ལས་ལམ་ཆོས་ཅན། མཆོད་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོད་བྱ་དེའི་ཕྱིར།  
 དེར་ཐལ། བསྟོད་བྱ་གི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་ཡུམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 ཡུམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མཛོད་ཆོག་ལས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཅ་བར་འདོད་  
 ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་འཕུལ་གྲགས་སྤྱད་ཀྱི་མཆོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 དེར་ཐལ། སོ་སྤྱིའི་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཆོག་ལས་ལམ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ དེ་འདྲ་བ་དེ་སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་མཆོད་བཟོད་  
 ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་ཡུམ་གྱི་མཆོད་ཉིད་ཡིན་ཟེར་ན། རང་རྒྱལ་འཕུལ་གྲགས་པའི་  
 མཛོད་ཆོག་ལས་ཆོས་ཅན། མཆོད་བྱ་དེར་ཐལ། མཆོད་ཉིད་དེའི་ཕྱིར། དེར་  
 ཐལ། རང་རྒྱལ་གྱི་མཐོང་ལམ་དེ་རང་སྤྱོད་རང་རྒྱལ་གྱི་སྒོམ་ལམ་སྤྱོད་བྱེད་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་དེའི་ཡུམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྱབ་སྟེ། སྐབས་འདིར་  
 ཡུམ་སྤྱོད་ཀྱི་དོན་རང་སྤྱོད་བསྤྱོད་བྱེད་བྱེད་ཀྱི་སྒོ་ནས་འཛོག་པའི་ཕྱིར།  
 དེར་ཐལ། རྣམ་བཤའ་ལས། ཡུམ་དང་སྤྱོད་ཅི་བསྤྱོད་བྱེད་བྱེད་དུ་ཤེས་  
 པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གོང་དུ་འདོད་མི་རུས་སོ།།

ཁ་ཅིག་ ཆོག་རྒྱུ་དང་པོའི་སྐབས་ནས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་གཞི་



ཤེས་ཡིན་ན། མི་མ་བུ་ཕྱོགས་ཀྱི་གཞི་ཤེས་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན། གཞི་  
ཤེས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཀུན་ཤེས་ཉིད་ཀྱི་ཞེས་པའི་  
སྐབས་ནས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་གཞི་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གོང་དུ་འདོད་ན།  
དེ་ཆོས་ཅན། མི་མ་བུ་ཕྱོགས་ཀྱི་གཞི་ཤེས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་དམན་  
འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཁྱོད་དུ་གྱུར་པའི་ཐེག་  
ཆེན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ ཆོག་རྒྱུ་གཉིས་པའི་  
སྐབས་ནས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ལམ་ཤེས་ཡིན་ན། རྒྱ་ལམ་ཤེས་ཡིན་  
པས་བྱུང་བེད་ན། ལམ་ཤེས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེ་དེར་ཐལ།  
ལམ་ཤེས་ཉིད་ཀྱིས་ཞེས་པས་ལམ་ཤེས་ལ་དངོས་སུ་བསྟོད་ཕྱག་མཛད་  
པའི་ཕྱིར། གོང་དུ་འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། རྒྱ་ལམ་ཤེས་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་  
ཁྱོད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ ཆོག་རྒྱུ་གསུམ་པའི་སྐབས་ནས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་རྣམ་  
མཁྱེན་ཡིན་ན། གཞི་ཤེས་དང་ལམ་ཤེས་མ་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན། གང་  
ཟག་གི་བདག་མེད་མདོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་རྣམ་མཁྱེན་ཆོས་ཅན། དེར་  
ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོག་རྒྱུ་གསུམ་པས་དེ་ལ་བསྟོད་པའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། ཆོག་རྒྱུ་གསུམ་པས་ཆོས་ཐམས་ཅད་མདོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་



རྣམ་མཁྱེན་ལ་བསྟོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་རྣམ་མཁྱེན་ལ་དངོས་སུ་  
བསྟོད་པའི་ཕྱིར། གོང་དུ་འདོད་མི་རུས་ཏེ། གཞི་ཤེས་གང་ཞིག་ལམ་ཤེས་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། ཐེག་དམན་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་  
པའི་ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་དེར་ཐལ།  
འབྲས་བུ་ལམ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་རང་ལུགས་བཞག་པ་ལ། མཆོད་བརྗོད་ཀྱི་སྐབས་འདིར་  
དང་པོར་གཞི་ཤེས། དེ་རྩེས་ལམ་ཤེས། དེ་རྩེས་རྣམ་མཁྱེན་ལ་བསྟོད་པ་དེ།  
མདོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱའི་ལམ་ཉམས་ལེན་གྱི་རིམ་  
པ་དང་མཐུན་པར་བསྟོད་པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱས། དང་  
པོར་སྐྱེས་བུ་འབྲིང་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་གཙོ་བོ་བདེན་བཞི་  
མི་རྟག་ལ་སོགས་བཙུ་བྱག་བསྒྲུལ་ཏེ། རྒྱུད་སྦྱངས་ནས་གཞི་ཤེས་ཀྱི་  
རྣམ་པ་ཉམས་སུ་སྦངས། དེ་རྩེས་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་ནས་  
ཕྱིན་བྱག་སོགས་ཀྱི་སྟོད་པས་ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཉམས་སུ་སྦངས་པ་ལ་  
བརྟེན་ནས་མཐར་འབྲས་བུ་རྣམ་མཁྱེན་འཕྲོལ་པར་འགྱུར་བའི་གོ་རིམ་དང་  
མཐུན་པར་བསྟོད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རང་སྤྱོད་འཕགས་པའི་བཞེད་དོན་སྐབ་  
རུས་ཀྱི་མཁྱེན་པ། མཆོད་བརྗོད་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་ཡུམ་གྱི་མཆོན་ཉིད།  
མཁས་གྲུབ་ཀྱིས་མཆོད་བརྗོད་ཀྱི་སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཡུམ་

ལ་འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་མཁྱེན་པས་བྱུང་བ་དང་། སྤྱིར། དུམ་མཁྱེན་པ། མངོན་  
རྟོགས། ལམ། མཆོད་བརྗོད་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་ཡུམ་རྣམས་དོན་གཅིག་པར་  
བཞེད། དེ་ལྟར་མི་བཞེད་པའི་ལུགས་ཀྱང་མང་དུ་སྤྲང་ངོ་། རང་སྤྲས་འཕགས་  
པའི་བཞེད་དོན་སྐྱབ་རུས་ཀྱི་མཁྱེན་པ་གང་ཞིག      མངོན་རྟོགས་རྒྱུད་ཀྱི་  
མཆོད་བརྗོད་ཡུལ་དུ་སྤྲོས་པ། དེའི་མཆོད་བརྗོད་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་ཡུམ་གྱི་  
མཚན་ཉིད།

འདིར་ཡུམ་སྤྲས་ཀྱི་དོན་ཡང་ཡོད་དེ།      མཁྱེན་པ་སྤྲ་མས་རང་སྤྲས་  
འཕགས་པ་སྤྱི་མ་བསྐྱེད་པ་དེ་མཁྱེན་པ་སྤྲ་མ་དང་།      འཕགས་པ་སྤྱི་མ་ཡུམ་  
སྤྲས་ཀྱི་དོན་ཡིན་ཞིང་། དེ་བཞིན་དུ་མཁྱེན་པ་སྤྲ་མས་རང་འབྲས་མཁྱེན་པ་  
སྤྱི་མ་བསྐྱེད་པ་སོགས་སྐབས་དོན་གཞན་ལའང་རིགས་འགྲེ་བའི་སྤྱིར།  
སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་མཁྱེན་གསུམ་གྱི་བྱང་པར་ཡོད་དེ། ཉན་  
རང་གི་རིགས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཉན་རང་གི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པ་ལ་བསྟོམ་བྱའི་  
གཙོ་བོར་བྱས་ནས་བསྟོམ་དགོས་ཤིང་།      གནས་སྐབས་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔས་ཀྱང་གདུལ་བྱ་ཉན་རང་གི་རིགས་ཅན་རྗེས་སུ་འཛིན་པའི་སྤྱིར་དུ་  
རྒྱུད་ལ་བསྐྱེད་ནས་བསྟོམ་དགོས་པའི་གཞི་ཤེས་དེ།      ཆོག་རྒྱུད་དང་པོའི་  
སྐབས་ནས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་གཞི་ཤེས་དང་།      རིགས་ཅན་གསུམ་གྱི་  
དོན་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་ལམ་ཤེས་དེ།      ཆོག་རྒྱུད་གཉིས་པའི་སྐབས་ནས་དངོས་སུ་

བསྟན་པའི་ལམ་ཤེས་དང་། གཞི་ལམ་རྣམ་གསུམ་བདེན་མེད་དུ་མངོན་སུམ་  
 དུ་རྟོགས་པའི་རྣམ་མཁྱེན་དེ། ཆོག་ཀླང་གསུམ་པའི་སྐབས་ནས་དངོས་སུ་  
 བསྟན་པའི་རྣམ་མཁྱེན་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་མ་ཟད། སྤྱིར་མཁྱེན་པ་གསུམ་  
 སོ་སོ་ཡང་། ཆོག་ཀླང་གསུམ་སོ་སོའི་སྐབས་ནས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་  
 མཁྱེན་པ་ཡིན་ལ། མི་རྟག་ལ་སོགས་བཙུ་བྱུག་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་  
 གཞི་ཤེས་དང་། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་གཞི་  
 ཤེས་དེ་ཡང་ཆོག་ཀླང་དང་པོས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་གཞི་ཤེས་དང་།  
 འདུས་བྱས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་བདེན་པའི་སྐྱེ་བ་མེད་པར་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་  
 པའི་ལམ་ཤེས་དང་། ལམ་གསུམ་བདེན་མེད་དུ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་  
 ལམ་ཤེས་དེ་ཡང་། ཆོག་ཀླང་གཉིས་པས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ལམ་ཤེས་  
 དང་། ཆོས་བཙུ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་རྣམ་མཁྱེན་དང་། ཆོས་ཐམས་  
 ཅད་བདེན་མེད་དུ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་རྣམ་མཁྱེན་དེ་ཡང་། ཆོག་ཀླང་  
 གསུམ་པས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་རྣམ་མཁྱེན་ཡིན་ཏེ། འགྲེལ་པ་ལས། གཞི་  
 ཐམས་ཅད་སྐྱེ་བ་མེད་པར་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ཉིད་ཀྱིས། ཞེས་པ་དང་། ལམ་  
 ཐམས་ཅད་སྐྱེ་བ་མེད་པར་རྟོགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས། ཞེས་པ་དང་། རྣམ་པ་  
 ཐམས་ཅད་སྐྱེ་བ་མེད་པར་སྤྲུགས་སུ་ཆུད་པ་གང་དང་ལྡན་ན་ཞེས་སོགས་  
 གསུངས་ཤིང་། རྣམ་བཤད་ལས་ཀྱང་། གཞི་ཤེས་ཀྱང་འོག་ནས་མདོའི་རྩིས་

ལན་གྱི་དོན་བསྐྱུ་བའི་སྐབས་ནས་བཤད་པ་ལྟར་མི་རྟག་སོགས་བཙུ་བྱ་གི་  
རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་ནོ། དེས་མཆོན་ནས་གཞན་གཉིས་ཀྱང་ཤེས་པར་བྱ་ཞིང་།  
ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་མཁས་གྲུབ་ཀྱི་རྗེས་འབྲང་མང་པོས། ཆོག་  
ཀར་གསུམ་གྱི་སྐབས་ནས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་མཐུན་པ་གསུམ་པོ་དེ།  
མཐུན་གསུམ་སྤྱི་ཙམ་པོ་དེ་ཁོ་ན་ལ་བྱེད་པ་ནི་དོན་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་འདོད་  
པ་ནི་འགྲེལ་བ། རྣམ་བཤད། མཁས་གྲུབ་ཀྱི་བཞེད་པ་རྣམས་དང་འགལ་བའི་  
ཕྱིར་རོ།

གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྤོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་ཡུམ་རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱས་གསུམ་  
ཆོས་ཅན། མཐུན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ཡུམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འགྲེལ་  
པ་ལས། རྒྱལ་བའི་ཡུམ་རྣམ་པ་གསུམ་ཅར་ལས་ཀྱང་། ཞེས་སོགས་  
གསུངས་པའི་ཕྱིར་བེར་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། དེ་གསུམ་ལ་ཡུམ་དང་ཤེར་ཕྱིན་གྱི་  
སྐས་བཏགས་ནས་བསྟན་པ་མང་དུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཤེས་  
པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྫོད་བྱེད་ཀྱི་སྤྱི་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ཀར་  
བས་འདེགས་འཛོག་བྱེད་པའི་ལམ་འདི་ཆོས་ཅན། མཐུན་པ་ཡིན་པར་ཐལ།  
ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ་བེར་  
བ་དང་། ཡུམ་སྐྱུ་མ་ལྟ་མཛེས་ཆོས་ཅན། མཐུན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ཡུམ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡུམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ལྟོན་པ་

ཤྱུ་བྱ་བ་པའི་ཡུམ་ཡིན་པའི་བྱིར་བེར་ན། མ་ཁྲབ། འདོད་མི་རུས་སེ་བེར་  
ན། སྤས་སྤྱ་གཅན་འཛིན་ཆོས་ཅན། རྒྱལ་སྤས་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱལ་བ་ཤྱུ་  
བྱ་བ་པའི་སྤས་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁྲབ་པ་ཁས། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། བྱང་  
ཚུབ་སེམས་དཔའ་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱལ་སྤས་ཡིན་པའི་བྱིར། ཏྲགས་ཁས།  
འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཉན་ཐོས་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག རྣམ་མཁྱེན་ཆོས་ཅན།  
སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་ཡུམ་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་བཞེད་དོན་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་  
ཡུམ་ཡིན་པའི་བྱིར་བེར་ན། མ་ཁྲབ། འདོད་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། སངས་  
རྒྱས་འཕགས་པའི་ཡུམ་ཡིན་ན། དེའི་རྒྱ་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ།  
འདིར་ཡུམ་སྤས་ཀྱི་དོན་བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་སྒོ་ནས་འཛོག་པའི་བྱིར།

དེ་ལ་ཁོ་ན་རེ། ཡུམ་སྤས་ཀྱི་དོན་བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་ཡིན་པར་ཐལ།  
སྐབས་འདིར་ཡུམ་སྤས་ཀྱི་དོན་དེའི་སྒོ་ནས་འཛོག་པའི་བྱིར། བེར་ན་མ་  
ཁྲབ། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཡུམ་སྤས་ཀྱི་དོན་འདུས་བྱས་མ་ཡིན་པའི་བྱིར།  
དེར་ཐལ། གསུང་རབ་ཀྱི་དོན་འདུས་བྱས་མ་ཡིན་པའི་བྱིར་བེར་དོ། ཁ་ཅིག  
རྣམ་མཁྱེན་དེ་སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་ཡུམ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དེའི་རྣམ་  
པར་འཛོག་བྱེད་ཀྱི་ཡུམ་ཡིན་པའི་བྱིར་བེར་ན། མ་ཁྲབ། འདོད་ན། མི་འཐད་  
པར་ཐལ། དེ་སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་  
སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་དང་དུས་མཉམ་ཡིན་པའི་བྱིར། འོ་ན། རྣམ་མཁྱེན་



དེ་སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དེའི་རྣམ་པར་འཛོག་གྱེད་  
ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱ་བ་པ་ཁས། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་  
འཕགས་པ་དེ་རྣམ་མཁྱེན་ཐོབ་པའི་སྒོ་ནས་འཛོག་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མདོ་  
ལས། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་བརྟེན་པས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
ཞེས་བྱ་བའི་གངས་སུ་འགྱུ་འོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་ཡུམ་དེ་ལ་སྐྱེད་པའི་ཡུམ་དང་།  
གསོ་བའི་ཡུམ་དང་། བཞེད་དོན་སྐྱབ་པའི་ཡུམ་གསུམ་མེད་པར་ཐལ། དེའི་  
བཞེད་དོན་སྐྱབ་པའི་ཡུམ་ཡིན་ན། དེའི་ཡུམ་ཡིན་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་  
ན། མ་ཁྱལ། འདོད་མི་རུས་སོ། ཁ་ཅིག ཆོག་རྒྱུ་དང་པོས་དངོས་སུ་བསྟན་  
པའི་གཞི་ཤེས་ཡིན་ན། མི་མཐུན་སྤྱོད་པས་ཀྱི་གཞི་ཤེས་མིན་དགོས་པར་  
ཐལ། རང་རྒྱལ་གྱི་མཐོང་ལམ་དེའི་དངོས་བསྟན་གྱི་གཞི་ཤེས་མ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྱལ། འདོད་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། འགྲེལ་པར་ཆོག་  
རྒྱུ་དང་པོས་རང་རྒྱལ་གྱི་མཐོང་ལམ་ལྷགས་ལ་བསྟན་པར་དམིགས་  
བསལ་དུ་གསུངས་པས་ཉན་ཐོས་ཀྱི་མཐོང་ལམ་དངོས་སུ་བཞེད་པའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། སྐབས་གསུམ་པར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་མཐོང་ལམ་  
ཡོད་པར་བཞེད་པའི་ཕྱིར། དེས་གཞན་གཉིས་ལ་རིགས་པ་སྦྱར་རོ། ཁ་ཅིག  
ཉན་ཐོས་ཞི་བ་ཆོལ་རྣམས་ཞེས་སོགས་ཀྱི་གཞུང་འདི་མདོན་རྟོགས་རྒྱུ་གྱི་



ཚུམ་པ་དམ་བཅའི་གཞུང་ཡིན་པར་ཐལ། །ཤེས་རབ་པ་རོལ་ཕྱིན་པ་  
ལ། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་གཞུང་འདི་འགྲེལ་པ་དོན་གསལ་གྱི་ཚུམ་པ་དམ་བཅའི་  
གཞུང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། དེ་འདྲ་བའི་  
གཞུང་དེ་འགྲེལ་པ་དོན་གསལ་གྱི་མཆོད་བརྗོད་དང་ཚུམ་པ་དམ་བཅའ་  
གཉིས་ཀའི་ཐུན་མོང་བའི་གཞུང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ལ་སོ་སོར་སྤྱེ་  
ན། ཤེས་རབ་པ་རོལ་ཕྱིན་པ་ལ། བྱས་ཕྱག་འཆོལ། ཞེས་སྒྲུར་བས་གཞུང་  
ལས་འབྲས་བུའི་ཤེར་ཕྱིན་གསུམ་ལ་མཆོད་བརྗོད་དང་། །ཀྱན་གྱི་རྒྱན་དུ་  
འགྱུར་བར་ནི། རྣམ་པར་དབྱེ་ཕྱིར། ཞེས་པས་ཚུམ་པ་དམ་བཅའ་དངོས་སུ་  
བསྟན་པའི་ཕྱིར། གོང་དུ་འདོད་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ལས་ལོགས་སུ་  
རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ཉིད་ལམ། ཞེས་སོགས་ཀྱི་གཞུང་འདི་མདོན་  
ཉོགས་རྒྱན་གྱི་ཚུམ་པ་དམ་བཅའི་གཞུང་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཞན་དག་ན་རེ། རྩེ་བཙུན་གྱིས་བསྟན་བཅོས་མདོན་ཉོགས་རྒྱན་  
ཚུམ་པའི་ཐོག་མར་མཁྱེན་གསུམ་ལ་བསྟོད་པ་དེ། མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ལ་  
བསྟོད་གངས་མང་ཉུང་གི་སྒྲིན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དུམ་མཐའ་དག་ལ་  
བསྟོད་ན་མཁྱེན་གསུམ་ལ་དམིགས་བསལ་གྱིས་བསྟོད་པས་བསྟོད་གངས་  
ཉུང་བའི་སྒྲིན་དང་། གཙུ་བོའི་དབང་དུ་བྱེད་ན་རྣམ་མཁྱེན་གཅིག་ཤུ་ལ་  
བསྟོད་ཆོག་པས་བསྟོད་གངས་མང་བའི་སྒྲིན་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། སྒྲིན་དེ་

དག་མེད་པར་ཐལ། རྗེ་བཙུན་གྱིས་མཁྱེན་གསུམ་ལ་བསྟོན་པ་ལ་རྒྱ་མཚན་  
དང་དགོས་པ་བྱུང་པར་ཅན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། མཁྱེན་  
གསུམ་གྱིས་དོན་མངོན་པར་རྟོགས་པ་བརྒྱད་ཉམས་ལེན་གྱི་ཚུལ་གྱིས་  
བསྐྱུས་པ་ལ་དགོངས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འབྲེལ་པ་ལས། དེ་ལ་ཐམས་ཅད་  
མཁྱེན་པ་ཉིད་གསུམ་གྱིས་དོན་བརྒྱད་བསྐྱུས་ལ། ཞེས་སོགས་གསུངས་  
པའི་ཕྱིར། དགོས་པ་ཡོད་དེ། བསྐྱུ་བྱེད་མཁྱེན་པ་གསུམ་ཡུམ་དངོས་གནས་  
པ་ཡིན་པར་མ་ཟད། བསྐྱུ་བྱ་མངོན་རྟོགས་བརྒྱད་ཀྱང་ཡུམ་དངོས་གནས་པ་  
ཡིན་པ་དང་། མཁྱེན་གསུམ་གྱིས་འཕགས་བཞིའི་བཞེད་དོན་སྐྱབ་རྒྱས་པར་  
ཞེས་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་ཡིན་ཀྱང་། དོན་མངོན་པར་རྟོགས་  
པ་བརྒྱད་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན། མཁྱེན་གསུམ་གང་རུང་ཡིན་པས་མ་བྱེད་སྟེ།  
མཁྱེན་གསུམ་གང་རུང་ཡིན་ན། འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་མཁྱེན་པ་ཡིན་དགོས་ལ།  
སྦྱོར་བ་དང་པོ་གསུམ་སོ་སྦྱེའི་རྒྱུད་ལ་ཡང་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

### བཀའ་བསྟན་བཅོས།

༥ རྗེ་བཙུན་བྱམས་མགོན་གྱིས་རྟོན་ཐབས་འབྲས་བུ་གསུམ་གསུམ་  
གྱི་སྟོན་མཁྱེན་གསུམ་ལ་བསྟོན་བྱག་མཛད་ནས། བསྟན་བཅོས་མངོན་  
པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་འདི་གང་ལ་བརྟེན་ནས་རྩིས་པ་ཡིན་ཞེ་ན། རྗེ་བཙུན་  
བྱམས་མགོན་ཆོས་ཅན། བྱིད་ཀྱི་གང་ལ་བརྟེན་ནས་བསྟན་བཅོས་འདི་རྩིས་

པའི་ཚུལ་ཡོད་དེ། ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་གི་མན་  
 ངག་རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱས་གསུམ་ལ་བརྟེན་ནས་མཛད་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་ཡིན་  
 ཏེ། ཅུ་བ་ལས། སྟོན་པས་འདི་ལས་བཤད་པ་གང་། །ཞེས་པ་དང་། རྒྱུད་ཟླ་མ་  
 ལས། དེ་ལྟར་ཡིད་ཆེས་ལུང་དང་རིགས་པ་ལ། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པའི་  
 ཕྱིར། དེ་བཞིན་དུ། སྟོབ་དཔོན་སེལ་བཟང་པོས་འབྲེལ་པ་དོན་གསལ་རྩོམ་  
 པ་ལ། སྟོབ་དཔོན་སྤུ་མ་བཞིའི་མན་ངག་དང་ལྟན་པ་ཡིན་ཏེ། འཕགས་པ་  
 རོགས་མེད་ཀྱིས་མཛད་པའི་ཉི་མེད་ཉིད་རྣམ་དུས། སྟོབ་དཔོན་དབྱིག་  
 གཉིན་ཀྱིས་མཛད་པའི་ཉི་མེད་ཀུན་འབྲེལ། འཕགས་པ་གྲོལ་སྤེས་མཛད་  
 པའི་ཉི་མེད་སྤྲང་བ། བཙུན་པ་གྲོལ་སྤེས་མཛད་པའི་ཉི་མེད་རྣམ་འབྲེལ་དང་  
 བཅས་པ་རྣམས་ཀྱི་མན་ངག་དང་ལྟན་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་གྲུབ་སྟེ། འགྲོ་ལ་  
 ཆགས་པས་ཀྱན་ཆགས་མཛད། །ཅེས་སོགས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གཉིས་  
 པ་གྲུབ་སྟེ། འགྲོ་དོན་ཅུ་ལག་དབྱིག་གི་གཉིན། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པའི་  
 ཕྱིར། གསུམ་པ་གྲུབ་སྟེ། འཕགས་པའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པ་ཡི། །ཞེས་  
 སོགས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། བཞི་པ་གྲུབ་སྟེ། དེ་ཡི་འོག་ཏུ་རྣམ་གྲོལ་སྟེ། །  
 ཞེས་སོགས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

བཀའ་བསྟན་བཅས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ཅུ་བའི་མཆོད་བརྗོད་ཀྱི་གོང་དང་།  
 ཆོས་འཁོར་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཡང་འབྲེལ་མོད། འདིར་བཤད་ན། མཐའ་དབྱུད་པ་

ལ་དགག་གཞག་སྤང་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་བསྟན་བཅོས་ཆེན་  
པོའི་རྣམ་བཤད་མཛད་ཅེས་པའི་སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་བསྟན་བཅོས་དེ།  
བསྟན་བཅོས་མངོན་རྟོགས་རྒྱན་ལ་བྱེད་པ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་  
ཐལ། བསྟན་བཅོས་ཆེན་པོ་ཞེས་པའི་སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་བསྟན་བཅོས་  
དེ་ཡུམ་གྱི་མདོ་དང་། རྣམ་བཤད་མཛད་ཅེས་པས་བསྟན་པའི་བསྟན་བཅོས་  
དེ་ཉི་མེད་ཉིད་རྣམ་ངེས་ལ་བྱེད་པའི་བྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། དེ་ཡུམ་བར་མ་  
ལ་བྱེད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཡུམ་བར་མའི་མདོ་ལ་བསྟན་བཅོས་གྱི་སྒྲ་  
བཤད་དུ་ཡོད་པར་དགོངས་ནས་བསྟན་བཅོས་གྱི་སྒྲས་བསྟན་པའི་བྱིར།  
དེར་ཐལ། རྣམ་བཤད་ལས། སྒྲ་བཤད་དུ་ཡོད་པའི་བསྟན་བཅོས་ཆེན་པོའི་  
མདོའི། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། བྱི་མ་དེར་ཐལ། གཞུང་དེས་ཐོགས་མེད་  
གྱིས་མདོ་རྒྱན་མ་སྦྱར་བར་ཉི་མེད་འགྲེལ་བ་རྣམ་ངེས་མཛད་པར་བསྟན་  
པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། མདོ་རྒྱན་སྦྱར་བའི་འགྲེལ་པའི་ཐོག་མ་འཕགས་པས་  
མཛད་པའི་ཉི་མེད་སྤང་བ་ནས་འཛིན་པར་གསུངས་པའི་བྱིར། གཞན་ཡང་།  
འགྲེལ་བ་ལས། །བསྟན་བཅོས་མཐའ་དག་མ་རྟེན་པར། །ཞེས་པ་དང་། བསྟན་  
བཅོས་མཐའ་དག་འདི་དེ་ལྟར། །ཞེས་པའི་སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་བསྟན་  
བཅོས་དེ་ཡང་མངོན་རྟོགས་རྒྱན་ལ་བྱེད་རིགས་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་  
པའི་བྱིར། འདོད་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། མཐའ་དག་ཅེས་མང་ཆིག་གིས་

སྒོས་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་སྒོབས་པ་བཞི་དང་ལྡན་པའི་  
 དག་རྣམ་དག།སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་མཆོན་ཉིད་ཡིན་ཟེར་ན། འབྲེལ་པ་དོན་  
 གསལ་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ། མཆོན་ཉིད་དེའི་བྱིར། མ་གྲུབ་ན།  
 དེར་ཐལ། སྒོབས་པ་བཞི་དང་ལྡན་པ་གང་ཞིག།དག་རྣམ་དག་ཡིན་པའི་བྱིར།  
 དང་པོ་དེར་ཐལ། བརྗོད་བྱ་དོན་དང་ལྡན། རྗོད་བྱེད་ཆོག་དང་འབྲེལ། གདུལ་  
 བྱའི་མི་མཐུན་སྤྱོད་སྒོང་བྱིར་དུ་གསུངས། ཞི་བ་སྤང་འདས་ཀྱི་པན་ཡོན་  
 སྟོན་པ་དང་ལྡན་པའི་བྱིར། ཅ་བར་འདོད་ན། སྒོབ་དཔོན་སེལ་བཟང་པོ་  
 སངས་རྒྱས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། སེམས་ཅན་  
 ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ཡིན་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་  
 པ་རང་རྒྱད་ཀྱི་བསྐྱུས་པས་བྱུང་ཟེར་ན། དེ་ཞིག་འཕགས་པ་ལྷ་རིའི་བྱའི་  
 རྒྱད་ཀྱི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ།  
 དེའི་རྒྱད་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་ལ་  
 མདོ་ཤེས་རབ་སྣང་པོ་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། མདོ་ཤེས་རབ་སྣང་པོ་  
 གསུངས་པའི་ཆེ་འཕགས་པ་ལྷ་རིའི་བྱས་སྤྱོད་ལ་དངོས་སུ་བཟུང་བའི་  
 བྱིར། དེར་ཐལ། བྱ་བ་ཡུལ་ལ་ཡོད་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་གི་འཕྲིན་  
 ལས་འཛོག་རིགས་པའི་བྱིར། ཅ་བར་འདོད་མི་རུས་སོ། ཁ་ཅིག་སངས་  
 རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱད་ཀྱི་དག་ཡིན་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ཡིན་པས་



ཁྱབ་ཟེར་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་འགྲེལ་པ་དོན་གསལ་ཆོས་  
ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་  
བསྟན་བཅོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་བསྟན་བཅོས་ཡོད་པའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པས་བསྟན་བཅོས་མཐའ་དག་ཐོས་  
ནས་བྱགས་ལ་མངའ་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་མི་བརྗེད་པའི་  
གཟུངས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་བྱས་པ་ལ། ཁོ་ན་རེ། སངས་རྒྱས་  
འཕགས་པའི་རྒྱུད་ལ་ཕྱི་རོལ་པའི་བསྟན་བཅོས་ཡོད་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་  
འཕགས་པས་ཕྱི་རོལ་པའི་བསྟན་བཅོས་འཛིན་རྒྱས་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་  
རྒྱས་ཏེ། འོག་ནས་འཆད་པར་འགྱུར་བའི་རིགས་པས་གཞོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་  
ཅིག་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ཡིན་ན། དེས་ཞལ་ནས་དངོས་སུ་གསུངས་པའི་  
བཀའ་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཐུས་སྟོན་ཤིང་རྒྱུད་གིས་  
བསྐྱལ་བ་ལས་དངོས་སུ་བྱུང་བའི་བཀའ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་  
ཐལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་མི་མ་ཡིན་དང་།  
སྟོན་ཤིང་། བར་སྒྲིང་། རང་གི་གཙུག་ཏྲོང་ལས་ཀྱང་སྤྱོད་འབྱུང་བར་མདོ་ལས་  
བཤད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞལ་ནས་  
འབྱུང་བར་མ་སྟོས་པར་སྟོན་ཤིང་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ བཀའི་



དགོངས་འགྲེལ་དུ་ཚུམ་པའི་ངག་ནམ་དག། བསྟན་བཅོས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཡིན་  
 ཟེར་ན། བྱེ་རོལ་པའི་བསྟན་བཅོས་ཆོས་ཅན། མཆན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་  
 བྱ་དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། བྱེ་རོལ་པའི་བསྟན་བཅོས་ཡིན་པའི་བྱིར། བྱི་སྒྲེ།  
 བྱེ་རོལ་པའི་སྒྲུའི་བསྟན་བཅོས་དེ། སྒྲུའི་བསྟན་བཅོས་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་  
 མི་རྒྱས་སོ་ཟེར་བས་བྱེ་ནང་གི་བྱུན་མོང་པའི་བསྟན་བཅོས་ཡོད་མེད་དབྱེད་  
 པར་བྱ་དགོས་སོ། གཞན་ཡང་། བྱེ་རོལ་པའི་བསྟན་བཅོས་བསྟན་བཅོས་  
 ཡིན་པར་ཐལ། བྱེ་རོལ་པའི་གྲུབ་མཐའ་གྲུབ་མཐའ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ།  
 གྲུབ་མཐའ་ལ། བྱེ་ནང་གི་གྲུབ་མཐའ་གཉིས་སུ་འབྲེད་རིགས་པའི་བྱིར། དེར་  
 ཐལ། ལུགས་ལ་བྱེ་ནང་གི་ལུགས་གཉིས་སུ་འབྲེད་རིགས་པའི་བྱིར། ཁོ་ན་  
 དེ། བྱེ་རོལ་པའི་སྟོན་པ་སྟོན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱེ་རོལ་པའི་བསྟན་བཅོས་  
 བསྟན་བཅོས་ཡིན་པའི་བྱིར་ཟེར་ན་མ་ཁྲབ། འདོད་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ།  
 བྱེ་རོལ་པའི་སྟོན་པ་ལ་སྟོན་པ་ཞེས་བཏགས་པའི་ངག་དེ་གཅམ་བྱའི་ཆོག་  
 ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། རྩེ་སྒྲ་མས། ལྷ་སྟེགས་ཅན་ལའང་གཅམ་བྱའི་ཆོག་  
 ཅས་གསུངས་པའི་བྱིར། ཡང་། གསེར་བྲེང་སོགས་ནས་བཀའ་ཡིན་ན།  
 བསྟན་བཅོས་ཡིན་པས་བྱི་གསུངས་པ་ལ། མཁས་གྲུབ་ཀྱིས་དེ་མི་འཐད་  
 པར་ཐལ། བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་འགལ་བའི་བྱིར། དེར་ཐལ། བཀའ་  
 གསུང་བ་པོའི་སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་དང་དེ་འཛིན་པའི་གདུལ་བྱའི་

སེམས་ཅན་གཉིས་འགལ་བའི་སྤྱིར་དང་། རྗེ་བཙུན་གྱིས་བཀའ་ལས་ལོགས་  
སུ་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་མཛད་པའི་སྤྱིར། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་འགོག་  
པར་མཛད་ལ། བཤ་ཆེན་བསོད་ནམས་རྒྱལ་མཆོན་པ་སོགས་མཁས་པ་  
མང་པོས་བཀའ་ཡིན་ན། བསྟན་བཅོས་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། རྣམ་བཤད་  
རིགས་པ་ལས། འོན་དམ་པར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་མཆོན་  
ཉིད་དུ་འཐད་ཅེས་པ་དང་། འཆོས་སྐྱོབ་ཡོན་ཏན་སྤྱིར་ན་བསྟན་བཅོས་ཏེ།  
ཞེས་པ་དང་། འགྲེལ་པ་ལས། བསྟན་བཅོས་ཆེན་པོའི་ཞེས་པ་དང་། བསྟན་  
བཅོས་མཐའ་དག་ཅེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། ཟེར་བ་དེ་མི་འཐད་པ་ཆེར་མེད་  
ཀྱང་།

རང་རེས་མཁས་གྲུབ་དང་། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་སྒྲོ་བཟང་རྒྱ་མཆོའི་  
བཞེད་པ་ལྟར་བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་གཉིས་འགལ་བར་འདོད་པར་བྱའོ།  
ཁ་ཅིག་བསྟན་བཅོས་ཡིན་ན། བསྟན་བཅོས་རྣམ་དག་ཡིན་པས་སྤྱིར་ཟེར་ན།  
དོན་ལོག་པར་སྟོན་པའི་སྤྱི་རོལ་པའི་བསྟན་བཅོས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་  
སྤྱིར། དེར་ཐལ། སྤྱི་རོལ་པའི་བསྟན་བཅོས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་  
ཅན་དེ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་བཤད་  
རིགས་པ་ལས། དོན་མེད་དོན་ལོག་དོན་དང་ལྟན། །ཐོས་ཚིད་སྐྱབ་པ་ལྟར་  
ལེན་པ། །ངན་གཡོ་བཅེ་བྱལ་སྤྱག་བསྐྱལ་སྤྱོད་། །བསྟན་བཅོས་དུག་བྱལ་

གསུམ་དུ་འདོད། །ཅེས་པའི་སྐྱབས་ནས་བསྟན་པའི་བསྟན་བཅོས་རྣམ་དག་གི་མཆོན་ཉིད་དང་མི་ལྡན་པའི་བྱི་རོལ་པའི་བསྟན་བཅོས་དུག་དང་བུལ་བའི་ནང་པའི་བསྟན་བཅོས་རྣམ་དག་གསུམ་ཡོད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་སོ། །ཁ་ཅིག་བཀའ་དགོངས་འགྲེལ་ཡིན་ན། བསྟན་བཅོས་ཡིན་པས་བྱབ་ཟེར་ན། མདོ་སྡེ་དགོངས་འགྲེལ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། འཁོར་ལོ་བར་པའི་དགོངས་འགྲེལ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་རང་ཉིད་ཀྱིས་འཁོར་ལོ་བར་པའི་དགོངས་པ་འགྲེལ་བར་བྱེད་པའི་གཞུང་ཡིན་པའི་བྱིར། ཅེ་བར་འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། བསྟན་བཅོས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བཀའ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་འཆོས་སྐྱབ་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གཉིས་ལྡན་པའི་དག་ཡིན་ན། བསྟན་བཅོས་ཡིན་པས་བྱབ་ཟེར་ན། དུམ་བར་མ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། གདུལ་བྱའི་ཤེས་རྒྱུད་མི་མཐུན་སྟོགས་ལས་སྐྱབ་ཅིང་བསྐྱབ་པ་གསུམ་གྱི་ངོ་བོར་འཆོས་པར་བྱེད་པའི་དག་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་བཀའ་དགོངས་འགྲེལ་ཡིན་ན། བཀའ་འགྲེལ་པ་ཡིན་པས་བྱབ་ཟེར་ན། འགྲེལ་པ་དོན་གསལ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱུས་གསུམ་གྱི་དགོངས་འགྲེལ་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། མདོ་རྒྱན་མ་སྐྱར་བའི་འགྲེལ་པ་ཡིན་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། རང་རྩོམ་པ་པོ་སངས་རྒྱས་འཕགས་པས་  
 གདུལ་བྱའི་མི་མཐུན་སྟོགས་སྟོང་བྱིར་གསུངས་པའི་དག སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 བཀའི་མཆན་ཉིད། དེ་ལ་གཉིན་པོའི་སྒོ་ནས་དབྱེ་ན། ཆོས་ལུང་བརྒྱད་ཁྲི་  
 བཞི་སྟོང་། རྫོང་བྱེད་ཀྱི་སྒོ་ནས་གསུང་རབ་ཡན་ལག་བརྟུ་གཉིས། རོ་བོའི་  
 སྒོ་ནས་དབྱེ་ན། སྡེ་སྟོང་གསུམ། བརྫོང་བྱའི་སྒོ་ནས་བྱང་པའི་ཀྱི་མདོ་གཉིས།  
 བདག་རྒྱུན་ཀྱི་སྒོ་ནས་ཞལ་ནས་གསུངས་པའི་བཀའ། རྗེས་སུ་གནང་བའི་  
 བཀའ། བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་བཀའ་དང་གསུམ་རྣམས་སུ་ཡོད། དང་པོ་  
 བློ་འདོད་ཆགས་ཀྱི་གཉིན་པོར་ཉི་མའི་ཆེག་སྟོང་། དེ་བཞིན་དུ་གཞན་གཉིས་  
 དང་། དུག་གསུམ་ཆ་མཉམ་ཀྱི་གཉིན་པོར་ཉི་མའི་ཆེག་སྟོང་གསུངས་པ་  
 རྣམས་སོ། གཉིས་པ་ནི། རི་སྐད་དུ། མདོ་སྡེ་དབྱངས་བསྟན་ལུང་བསྟན་  
 དང་། །ཆོགས་བཅད་ཆེད་བརྫོང་རྟོགས་པ་བརྫོང་། །དེ་ལྟར་བྱང་དང་སྐྱེད་  
 གཞི་དང་། །ཤེན་ཏུ་རྒྱས་པ་སྤྱེས་རབས་བཅས། །གཏན་པའ་མད་དུ་བྱང་  
 ཆོས་ཏེ། །དེ་ལྟར་ཡན་ལག་བརྟུ་གཉིས་གསུང་། །གསུམ་པ་ནི། འདུལ་བའི་  
 སྡེ་སྟོང་སོགས་གསུམ་དང་། བཞི་པ་ནི། གྲུབ་མཐའ་རང་རང་གི་བྱང་པའི་  
 འདོད་ཚུལ་མི་འདྲ་ཡང་། སྟོང་ཉིད་གཙོ་བོར་སྟོན་པའི་རྒྱས་འབྲེལ་བསྐྱུས་  
 གསུམ་ལྟ་བུ་པའི་དོན་གྱི་མདོ་དང་། སྟོང་ཉིད་མི་སྟོན་ཅིང་སྤྱི་བཞིན་པར་  
 ཁས་ལེན་དུ་མི་བྱང་བ་སེམས་ཅམ་པའི་མདོ་ལྟ་བུ་བྱང་དོན་གྱི་མདོ་ཡིན་ལ།

ཞིབ་པར་འོག་ཏུ་འཆད་པར་འགྱུར་རོ། །

ལྷ་པ་ལ་གསུམ་གྱི་དང་པོ་ནི། མདོ་སྤྱད་པ་ལྟ་བུ་དང་། གཉིས་པ་ནི།  
ཤེས་རབ་སྣང་པོ་ལྟ་བུ། གསུམ་པ་ནི། མདོ་སྤེ་ས་བཙུ་པ་ལྟ་བུ་ལོ། རང་རྩོམ་  
པ་པོ་སེམས་ཅན་གྱིས་བྱུ་བ་མཐའ་སྟོན་པའི་རིགས་སུ་གནས་པའི་ངག་  
བསྟན་བཅོས་གྱི་མཆན་ཉིད། དབྱེ་ན། ཕྱི་ནང་གི་བསྟན་བཅོས་གཉིས། རང་  
རྩོམ་པ་པོ་སེམས་ཅན་གྱིས་བཞུགས་པའི་འགྲེལ་དུ་རྩོམ་པའི་ངག་ བཞུགས་  
པའི་འགྲེལ་དུ་གྱུར་པའི་བསྟན་བཅོས་རྣམ་དག་གི་མཆན་ཉིད། དེ་ལ་  
བཞུགས་པའི་འགྲེལ་དང་། སོ་སའི་འགྲེལ་གཉིས། དང་པོ་  
ནི། རྣམ་གྲུབ་སོགས་ཆོད་མ་སྤེ་བདུན་དང་ཆོད་མ་ཀུན་བདུས་ལྟ་བུ། གཉིས་  
པ་ལ་འཁོར་ལོ་དང་པོའི་འགྲེལ་ལ། གཉིས་པའི་འགྲེལ་ལ།  
གསུམ་པའི་འགྲེལ་ལོ། །

དང་པོ་ནི། མདོ་རྩ་འགྲེལ་དང་། ཆོད་མ་སྤེ་བདུན་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི།  
མདོ་རྩ་རྟོགས་ཀྱི་དང་། རྩ་བ་ཤེས་རབ་སོགས་རིགས་ཆོགས་དུག་ལྟ་བུ།  
གསུམ་པ་ནི། མདོ་སྤེ་རྩ་དང་། བྱང་ས་སོགས་ས་སྤེ་ལྟ། སྤོམ་རྣམ་གཉིས་  
ལྟ་བུ་ལོ། དེ་ལ་ནང་གསེས་གྱིས་སྤེ་ན། ལྟ་སྤྱོད་གཉིས་སོ་སའི་ཆ་གཙོ་བོར་  
འགྲེལ་པ་གཉིས་གཉིས་ཡོད་དོ། །

༥ གསུམ་པ་རྩོད་པ་སྤྱོད་པ་ལ། ཁ་ཅིག་ ཤེས་རབ་སྣང་པོའི་ནང་ཆོད་



དུ་གྱུར་པའི་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱིས་སྦྲས་པའི་མདོ་ཆོས་ཅན། སངས་རྒྱས་  
ཀྱི་དག་ཡིན་པར་ཐལ། བཀའ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱལ་བ་ཁས། མ་གྲུབ་ན། དེར་  
ཐལ། ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་  
ལས་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་ཕྱག་གིས། ཆེ་དང་ལྡན་པ་ལྟ་  
རིའི་བྱ་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་སྦྲས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གོང་དུ་འདོད་  
ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། སེམས་ཅན་ཀྱི་དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་སྦྲས་པའི་དག་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། དེ་ཞིག་མ་བྱུང་ན། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། དེའི་ནང་ཆོན་  
དུ་གྱུར་པའི་སྤྱན་རས་གཟིགས་དང་། ལྟ་རིའི་བྱ་གཉིས་ཇི་བ་ཇིས་ལན་  
མཛད་པའི་མདོ་དངོས་སུ་ཐོས་བཞིན་དུ་བསྟོན་པར་མི་རུས་པའི་ཕྱིར། དེས་  
ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ཡིན་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་དག་ཡིན་པས་མ་བྱུང་བོ་  
ཞེས་ཟེར་ཡང་། དུམ་གསུམ་ཀྱི་མདོའི་ནང་ཆོན་དུ་གྱུར་པའི་རབ་འབྱོར་  
སོགས་ཀྱིས་ཇིས་ལན་ཀྱི་ཚུལ་དུ་སྦྲས་པའི་མདོ་དེ་ལྟ་བུ་དག་བཙམ་པ་དེ་  
དག་གི་དག་མིན་ཀྱང་། དེ་དང་དེ་དག་གིས་སྦྲས་པའི་དག་ཡིན་པར་འདོད་  
དགོས་པར་སེམས་ཏེ། སེམས་ཅན་ཀྱིས་སྒྲོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་  
ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སེམས་ཅན་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ལ་སྒྲོག་  
པ་དང་ཐོས་བསམ་ཀྱིས་འཇུག་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁོ་ན་རེ། སགས་རྒྱས་

འཕགས་པས་གསུངས་པའི་བསྟན་བཅོས་ཡོད་པར་ཐལ། སེམས་ཅན་གྱིས་  
 སྒྲས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། འདོད་པ་ཡིན་ཏེ།  
 སངས་རྒྱས་འཕགས་པས་གསུངས་པའི་བསྟན་བཅོས་ཡོད་ཀྱང་སངས་  
 རྒྱས་འཕགས་པས་བསྟན་བཅོས་མ་གསུངས་ཞེས་ཁས་ལེན་པའི་ལུགས་  
 ཡོད་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། གཞི་གྲུབ་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པས་  
 གསུངས་པའི་ཆོས་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གཞི་གྲུབ་ན། སངས་  
 རྒྱས་འཕགས་པའི་གསུང་གི་བརྗོད་བྱ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར་དབྱེད་པར་  
 བྱའོ། ཡང་ཁོ་ན་རེ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ཡིན་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ངག་ཡིན་  
 པས་མ་བྱུང་པར་ཐལ། ལྷའི་དབང་པོ་བརྒྱ་གྱིན་གྱིས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་  
 འདི་སྐད་ཅེས་གསལ་ཏོ། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་མདོ་ཆོག་དེ་སེམས་ཅན་གྱི་ངག་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་སེམས་ཅན་གྱིས་བྱས་པའི་ངག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 ཟེར་ན། ལྷར་བཞིན་མ་བྱུང་སྟེ། སེམས་ཅན་གྱིས་ཁ་ཏོན་བྱེད་པའི་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ཡོད་པར་བསྒྲུབས་ཟེན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་སོ། ཁོ་ན་  
 རེ། དེ་འདྲ་བའི་མདོ་དེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་བཀའ་  
 བསྟུ་བྱེད་པ་པོའི་ངག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་རྣམས་ཀྱིས་བཀའ་བསྟུ་  
 བྱེད་པའི་ཆེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་དེ་འདྲ་བའི་མདོ་ཆོག་བཙུག་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན།  
 མ་བྱུང་། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། འགྲེལ་ཆེན་ལས། བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་ལྷ་

རྣམས་ཀྱི་དབང་པོ་བརྒྱ་ཕྱིན་ཀྱིས་འདི་སྐད་ཅེས་གསོལ་རྟོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
སོགས་པའི་ཆིག་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་རྗེས་སུ་གནང་བ་ཉིད་ཀྱིས་ན། ཡང་  
དག་པར་བསྐྱ་བ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་བྱས། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། འདོད་མི་  
རྣམས་ཏེ། རྗེས་སུ་གནང་བའི་བཀའ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་འགྲེལ་བ་དོན་  
གསལ་གྱི་ནང་ཆོན་དུ་གྱུར་པའི་རབ་འབྱོར་ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་ཉིད་ནི་ཉན་  
ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་ངག་དེ་མདོ་ཡིན་  
པར་ཐལ། དེ་མདོ་ལས་བྱངས་པའི་ངག་ཡིན་པའི་བྱིར། ཟེར་ན་མ་བྱུང་། འདོད་  
མི་རྣམས་ཏེ། འགྲེལ་བ་དོན་གསལ་གྱི་གཞུང་ཆིག་ཡིན་པའི་བྱིར། ཞིབ་པར་  
དབྱད་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་འདོན་བཞིན་པའི་དུས་ཀྱི་སེམས་ཅན་གྱི་  
ངག་དེ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་སེམས་ཅན་གྱི་ཆིག་ཡིན་པའི་  
བྱིར། སངས་རྒྱས་འཕགས་པས་བསྟན་བཅོས་གསུངས་པ་ཡོད་ཀྱང་དེས་  
བསྟན་བཅོས་གསུངས་བཞིན་པའི་ངག་དེ་བསྟན་བཅོས་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་ངག་ཡིན་པའི་བྱིར་ཟེར་དགོས་སོ་སྟེ། དེ་ལ་ཁོ་ན་རེ།  
སངས་རྒྱས་འཕགས་པས་གསུངས་པའི་བསྟན་བཅོས་མེད་པར་ཐལ།  
སངས་རྒྱས་འཕགས་པས་གསུངས་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་ངག་མེད་པའི་བྱིར།  
དེར་ཐལ། དེས་གསུངས་པའི་བརྗོན་ཆིག་མེད་པའི་བྱིར། གསུང་ཡང་།  
སངས་རྒྱས་རང་ངོས་ནས་བརྗོན་མ་གསུངས་ཤིང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་

གྱུར་པའི་བརྩུན་ཆིག་མེད་ཀྱང་། སེམས་ཅན་གྱིས་མདོ་འདོན་པར་ལྟར་  
 སངས་རྒྱས་འཕགས་པས་བསྟན་བཅོས་དང་བརྩུན་ཆིག་བརྗོད་པ་ཡོད་  
 ཀྱང་། དེ་དག་བསྟན་བཅོས་དང་བརྩུན་མ་ཡིན་པར་འདོད་དགོས་པར་  
 སེམས་ཏེ། སངས་རྒྱས་གྱིས་མི་དག་བ་བཙུ་པོ་འདི་ནི་སྤང་བར་བྱའོ། །ཞེས་  
 གཞན་ལ་བསྟན་པ་ཡོད་པས། ཞིབ་ཆ་འདོན་པར་བྱའོ། །ཁ་ཅིག་སེམས་ཅན་  
 གྱི་རྒྱད་ལ་སངས་རྒྱས་གྱི་བཀའ་མེད་པར་ཐལ། སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱད་ལ་  
 སངས་རྒྱས་གྱི་ངག་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་ལ་སངས་རྒྱས་གྱི་  
 གསུང་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་ལ་སངས་རྒྱས་གྱི་ཐུགས་མེད་  
 པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན་མ་ཐུབ། ཡང་ཁོ་ན་རེ། སངས་རྒྱས་གྱི་གསུང་ཡིན་ན།  
 སངས་རྒྱས་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་གྱི་སྤྱད་དང་སངས་རྒྱས་གྱི་  
 ཐུགས་གང་རུང་ཡིན་ན། སངས་རྒྱས་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། ཡང་མ་  
 ཐུབ་པོ། མཁས་པ་ཁ་ཅིག་སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱད་ལ་བསྟན་བཅོས་  
 མེད་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་ལ་སྤྱི་རོལ་པའི་བསྟན་བཅོས་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་  
 ཐལ། དེའི་རྒྱད་ལ་རྣམ་པར་མ་དག་པའི་ཆོས་མེད་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་སངས་  
 རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱད་ལ་བསྟན་བཅོས་ཀྱང་མེད། སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱད་ལ་  
 སངས་རྒྱས་གྱི་བཀའ་ཡང་མེད་དོ། །ཞེས་གསུངས། འདིར་སྤོངས་པ་འགའ་  
 ཞིག་གི་འདོད་པ་ལ་མཐའ་མ་བཀག་མོད། གསེར་ཕྱེང་སོགས་མཁས་པའི་

ལུགས་འགའ་ཞིག་ནས་བཀའ་ཡིན་ན། བསྟན་བཅོས་ཡིན་དགོས་པ་དང་།  
སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་དང་འབྲེལ་བའི་བཀའ་ཡང་མེད་པར་བཤད་  
པ་དང་། ཡང་འགའ་ཞིག་སྟོན་ཤིང་ལས་བྱུང་བའི་བཀའ་དེ་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་  
ཀྱིས་མ་བསྟུས་པ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ཤེས་པའི་བདག་ཉིད་དུ་  
འདོད་པ་དང་། ཕྱི་རོལ་པའི་སྟོན་པ་སྟོན་པ་ཡིན་པ་དང་། དེའི་བསྟན་བཅོས་  
ལ་བསྟན་བཅོས་རྣམ་དག་ཡོད་པར་འདོད་པ་དང་། ལ་ལ་དེའི་བསྟན་བཅོས་  
ཀྱང་བསྟན་བཅོས་མ་ཡིན་པར་འདོད་པ་དང་། གཞན་དག་བསྟན་བཅོས་ཡིན་  
ན། གྲུབ་མཐའ་སྟོན་པས་བྱབ་པར་འདོད་པ་སོགས་བཞེད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་དུ་  
མ་འདུག་པ་རྣམས་ལ་འང་རྒྱབ་ཉེན་རེ་སྤང་བས་རང་རང་གི་བཞེད་པ་བཞིན་  
ཤེས་ནས། དོན་གང་ན་ཡོད་བརྟགས་པར་བྱ་ཞིང་། སྟོགས་སྤྱང་གིས་གཅིག་  
ཁོ་ན་མི་བཟུང་ལ། འོན་ཀྱང་རེ་ཞིག་གང་གི་རྗེས་སུ་འཇུག་པ་དེའི་ལུགས་  
ལྟར་བྱའོ།

### གཅིག་དུ་བྲལ།

༥ ཆོས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་རྣམས་ཀྱང་གཅིག་དང་དུ་མའི་ངོ་བོ་ཉིད་  
དང་བྲལ་བའི་སྤྱིར། ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ། མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་  
ལས། དང་པོ་ལ།

ཁ་ཅིག      མངོན་ཉོགས་རྒྱན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་ཡིན་ན།



མཁྱེན་གསུམ་བདེན་མེད་དུ་ཚད་མས་ངེས་པས་བྱབ་ཟེར་ན། སྟོང་ཉིད་ཚད་  
 མས་མ་ངེས་པའི་མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་ཆོས་ཅན།  
 དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྟོང་ཉིད་ཚད་མས་མ་ངེས་པའི་མངོན་རྟོགས་  
 རྒྱན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྟོང་ཉིད་ཚད་  
 མས་མ་ངེས་པའི་དེའི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 སྟོང་ཉིད་མ་རྟོགས་པའི་དེའི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་  
 ཐལ། སྟོང་ཉིད་མ་རྟོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་  
 གདུལ་བྱ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་ཆེད་དུ་བྱ་  
 བའི་གདུལ་བྱས་དང་པོར་སྐྱེས་བུ་ཆུང་འབྲིང་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་གྱི་  
 རིམ་པས་རྒྱད་སྒྲུངས་ནས་ཞི་ལྷག་གཉིས་ལ་འཇུག་པའི་གོ་རིམ་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེས་སྟོང་ཉིད་མ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་  
 མི་འཐད་པར་ཐལ། མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་གང་ཟག་  
 གི་བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་བྱང་སེམས་དེ་མཁྱེན་གསུམ་  
 བདེན་མེད་དུ་ངེས་པའི་གང་ཟག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྟོང་ཉིད་  
 རྟོགས་པའི་གང་ཟག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་  
 མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སེམས་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་མངོན་རྟོགས་  
 རྒྱན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་དབང་པོ་ནི་རྟུལ་གཉིས་ཡོད་ཀྱང་། དབང་

འབྲིང་མེད་ཟེར་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་རྣམ་པོ་ཡིས། །  
རྫོགས་སྤྱི་རྩལ་པོས་རྫོགས་དཀར་བཞེད། །ཅེས་པས་མངོན་རྫོགས་རྒྱན་གྱི་  
ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་དབང་པོ་རྣེ་རྩལ་གཉིས་དངོས་སུ་བསྟན་ནས་དབང་  
འབྲིང་ལྷགས་ལ་བསྟན་པར་གསེར་སྤང་ལས་བཤད་པའི་སྤྱིར། ཁ་ཅིག  
མངོན་རྫོགས་རྒྱན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་དབང་རྩལ་དེ། དབང་རྩལ་  
ཡིན་ཟེར་ན། དེ་ཆོས་ཅན། དབང་རྩལ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དབང་རྣམ་ཡིན་  
པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཁོ་ན་རེ། དེ་  
ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་ཅན་དབང་རྩལ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་  
ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་ཅན་ཤིན་ཏུ་དབང་པོ་རྣམ་པོ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ།  
མངོན་རྫོགས་རྒྱན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཁ་ཅིག  
མཁྱེན་གསུམ་ལ་དང་བ་མ་སྦྱེས་པའི་མངོན་རྫོགས་རྒྱན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་  
གདུལ་བྱ་ཡོད་ཟེར་ན། དེ་ནི་ཤིན་ཏུ་མི་རིགས་པར་ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་ལ་དང་  
བ་མ་སྦྱེས་པའི་དེའི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་མེད་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་  
མཁྱེན་ལ་སྦྱབས་སུ་མ་སོང་བའི་དེའི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་མེད་པའི་སྤྱིར།  
དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་ལ་སྦྱབས་སུ་མ་སོང་བའི་དེའི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་  
བྱ་མེད་པའི་སྤྱིར།

ཁ་ཅིག མངོན་རྫོགས་རྒྱན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱས་གཅིག་དུ་

བྲལ་གྱི་རྟགས་ལ་བརྟེན་ནས་སྟོང་ཉིད་ཚོགས་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་  
གསར་དུ་ངེས་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། མངོན་རྟགས་རྒྱན་གྱི་ཆེད་དུ་  
བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་དེ་དང་པོ་ཉིད་ནས་ཐེག་ཆེན་དུ་རིགས་ངེས་པའི་ཐེག་ཆེན་  
གྱི་རིགས་ཅན་ཞིན་ཏུ་དབང་པོ་རྣོན་པོ་ཡིན་པ་གང་ཞིག དེ་འདྲ་བའི་ཐེག་  
ཆེན་གྱི་རིགས་ཅན་དབང་རྣོན་རྣམས་ཀྱིས་ཚོགས་ལམ་དུ་མ་ཞུགས་པའི་སྤྱི་  
རོལ་དུ་དང་པོར་སྟོང་ཉིད་ཆོད་མས་ངེས་པར་བྱས་ནས་དེ་རྗེས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
སེམས་བསྐྱེད་པར་མཛད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དཔུ་མ་རྒྱན་ལས། ཡང་དག་  
ཞེས་ཚུལ་སྟོན་བཏང་ནས། །དོན་དམ་རྣམ་པར་ངེས་གྱུར་པ། །ཞེས་གསུངས་  
པའི་བྱིར།

ཁ་ཅིག རྗེས་སུ་བྱུང་པ། རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་པ། རང་བཞིན་  
ཀྱིས་བྱུང་པ། རང་ངོས་ནས་བྱུང་པ། རང་དབང་དུ་བྱུང་པ། དོན་དམ་བདེན་  
པར་བྱུང་པ། གནས་ལུགས་སུ་བྱུང་པ། ཚོས་ཉིད་དུ་བྱུང་པ་རྣམས་མེད་ཟེར་  
ན། དེ་རྣམས་ཡོད་པར་ཐལ། འདུས་བྱས་ཀྱི་ཚོས་རྣམས་རྗེས་སུ་བྱུང་པ་  
དང་། རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་། གཟུགས་སོགས་ཀྱི་ཚོས་ཐམས་ཅད་  
གྱང་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་པ་དང་། རང་ངོས་ནས་བྱུང་པ་དང་། རང་དབང་དུ་  
བྱུང་། སྟོང་ཉིད་ཡིན་ན། དོན་དམ་བདེན་པར་བྱུང་པ་དང་། གནས་ལུགས་སུ་  
བྱུང་པ་དང་། ཚོས་ཉིད་དུ་བྱུང་དགོས་པའི་བྱིར། དང་པོ་མ་བྱུང་ན། འདུས་

གྲུས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་ཆོས་ཅན། རྩ་ས་སུ་གྲུབ་པ་དང་རང་གི་མཆན་ཉིད་ཀྱིས་  
གྲུབ་པར་ཐལ། རྩ་ས་སུ་གྲུབ་པ་གང་ཞིག་རང་གི་མཆན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པའི་  
ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། དངོས་པོའི་ཆ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་དེར་ཐལ།  
རང་གི་མཆན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པའི་རྒྱ་གཞན་ལས་སྦྱེས་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་  
མ་གྲུབ་ན། གཟུགས་སོགས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་ཆོས་ཅན། དེ་གསུམ་དུ་གྲུབ་  
པར་ཐལ། མིང་བདས་བཞག་ཅམ་མ་ཡིན་པར་ཐ་བསྟེན་བཏགས་པའི་

བཏགས་དོན་བཅལ་བའི་ཆེ་ཆེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གཞི་གྲུབ་པའི་ཕྱིར།  
གསུམ་པ་མ་གྲུབ་ན། སྟོང་ཉིད་ཡིན་ན། དེ་གསུམ་དུ་གྲུབ་དགོས་པར་ཐལ།  
སྟོང་ཉིད་ཡིན་ན་དོན་དམ་བདེན་པ། གནས་ལུགས། ཆོས་ཉིད་གསུམ་པོ་  
ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ཡང་དག་པར་གྲུབ་པ། དོན་དམ་པར་གྲུབ་པ།  
དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་གྲུབ་པ་རྣམས་ཡོད་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་རྣམས་  
དོན་དམ་ལ་དཔྱེད་པའི་ཏྲགས་ཡང་དག་གི་དགག་བྱ་མཐར་ཐུག་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་རྣམས་སུ་གྲུབ་ན་བདེན་པར་གྲུབ་དགོས་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ སྟོ་གཞོད་མེད་ལ་སྒྲུང་བའི་དབང་གིས་བཞག་ཅམ་ཡིན་ན།  
མིང་བདས་བཞག་ཅམ་ཡིན་པས་བྱུང་བའི་ན། གཟུགས་ཆོས་ཅན། དེར་  
ཐལ། སྟོ་གཞོད་མེད་ལ་སྒྲུང་བའི་དབང་གིས་བཞག་ཅམ་དུ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། གཞི་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། བྱུང་སྟེ། གཟུགས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་སྟོ་གཞོད་

མེད་ལ་སྒྲུང་བའི་དབང་གིས་བཞག་ཅམ་དུ་བྱུང་བ་དེ། གྲུན་རྫོབ་པའི་སྔོན་  
 ཚུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གཟུགས་སོགས་སློབ་གནོད་མེད་ལ་སྒྲུང་བའི་  
 དབང་གིས་བཞག་ཅམ་མ་ཡིན་པར་ཡུལ་རང་གི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྔོན་  
 ལུགས་ཀྱི་ངོས་ནས་བྱུང་ན། བདེན་བྱུང་ཏུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་  
 ཏེ། རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་དོན་དམ་ལ་དཔྱོད་པའི་རྟགས་  
 ཡང་དག་གི་དགག་བྱའི་གཙོ་བོ་ཡིན་ན། དེའི་དགག་བྱ་མཐར་ཐུག་ཡིན་  
 བས་བྱུང་བེད་ན། དངོས་པོ་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་ཆོས་ཅན།  
 དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དོན་དམ་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་ལྷང་རིགས་  
 གཉིས་ཀྱི་དགག་བྱའི་གཙོ་བོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དོན་དམ་དཔྱོད་  
 བྱེད་ཀྱི་རིགས་པ་ཡང་དག་གི་དགག་བྱའི་གཙོ་བོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 རིགས་པའི་དགག་བྱ་ལ་སྐྱར་འདེབས་དང་སྒྲོ་འདོགས་གཉིས་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། ལེགས་བཤད་སྒྲིང་པོ་ལས། རིགས་པའི་དགག་བྱ་ལ་  
 གཉིས་ཡོད་པའི་སྐྱར་འདེབས་ནི་བྱུང་མཐས་བཞག་པ་ཁོ་ན་དང་། ཞེས་  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སྐྱ་མ་མཁན་གྱིས་དེ་ཤིང་རྟ་སྒྲང་དུ་སྐྱལ་བའི་ཆེ་  
 ཡང་རྟ་སྒྲང་དུ་སྒྲང་བ་མ་བཟད་སྒྱིར་དེ་ཤིང་རྟ་སྒྲང་དུ་སྒྲང་བ་ལྟར། དངོས་པོ་  
 ཐམས་ཅད་བདེན་འཛིན་གྱི་ངོ་བོར་བདེན་འགྱུར་ཏུ་སྒྲང་བ་མ་བཟད། སྒྱིར་ཡང་  
 བདེན་བྱུང་ཏུ་སྒྲང་བ་ཡིན་ཟེར་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པས་དེ་ཤིང་རྟ་སྒྲང་



དུ་རྟོགས་པར་ཐལ། དེའི་ངོར་དེ་ཉིད་རྟོགས་དུ་སྒྲུབ་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
དེས་དེ་ཉིད་རྟོགས་དུ་སྒྲུབ་བ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཉིད་རྟོགས་དུ་  
སྒྲུབ་བའི་ཕྱིར། རྟོགས་ཁས། འདོད་ན། དེ་ཉིད་རྟོགས་དུ་གྲུབ་པར་ཐལ་  
ལོ། །གཞན་ཡང་། སངས་རྒྱས་འཕགས་པས་དངོས་པོ་བདེན་གྲུབ་དུ་རྟོགས་  
པར་ཐལ། དེའི་ངོ་བོར་བདེན་གྲུབ་དུ་སྒྲུབ་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྤྱིར་བདེན་  
གྲུབ་དུ་སྒྲུབ་བ་གང་ཞིག་ སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ལ་སྒྲུབ་ལ་མ་ངེས་  
པའི་སློ་མེད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དངོས་པོ་བདེན་པར་གྲུབ་པར་ཐལ་ལོ།  
འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །

ཁ་ཅིག་སོ་སྤྱིའི་སློ་ངོར་དངོས་པོ་བདེན་གྲུབ་དུ་སྒྲུབ་བས། སྤྱིར་བདེན་  
གྲུབ་དུ་སྒྲུབ་བའི་གོ་ཚད་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་སངས་རྒྱས་  
འཕགས་པ་ལ་བདག་མེད་དུ་སྒྲུབ་བས་སྤྱིར་བདག་མེད་དུ་སྒྲུབ་བར་འཛོག་  
རིགས་གྱི། སོ་སྤྱིའི་སློ་འབྲུལ་པའི་ངོ་བོར་བདེན་གྲུབ་དུ་སྒྲུབ་བ་ཅུ་གཉིས་  
སྤྱིར་བདེན་གྲུབ་དུ་སྒྲུབ་བར་འཛོག་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར། དེ་ལ་ཁོ་ན་རེ། སོ་  
སྤྱིའི་སློ་ངོར་དངོས་པོ་བདེན་གྲུབ་དུ་སྒྲུབ་བ་ཡོད་པས། དངོས་པོ་བདེན་གྲུབ་  
དུ་སྒྲུབ་ངོ་ཟེར་ན། དེ་ཡང་མི་འཐད་པར་ཐལ། སོ་སྤྱིའི་སློ་འབྲུལ་པའི་ངོ་བོར་  
བདེན་གྲུབ་དུ་སྒྲུབ་བ་ཡོད་པ་ནི། དངོས་པོ་བདེན་གྲུབ་དུ་སྒྲུབ་བ་ཡོད་པའི་  
དོན་ཡིན་གྱི། སྤྱིར་དངོས་པོ་བདེན་གྲུབ་དུ་སྒྲུབ་བའི་དོན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་

ཞེས་དབྱེད་པར་བྱའོ། ཁ་ཅིག་དངོས་པོ་བདེན་གྲུབ་ཏུ་མི་སྣང་བས་སྣང་ཚུལ་  
 དང་གནས་ཚུལ་མཐུན་པའི་ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པ་ཡོད་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་  
 པར་ཐལ། ཀྱན་རྫོབ་པའི་ཆོས་རྣམས་སོ་སྐྱེའི་རྒྱུད་ཀྱི་རང་ཉིད་བདེན་པར་  
 འཛིན་པའི་ངོ་མོར་བདེན་པར་སྣང་བ་ཤུགས་ཆེ་ཡང་དོན་ལ་བདེན་པར་མ་  
 གྲུབ་པའི་བྱིར། ཁོ་ན་རེ། རྒྱ་མཚན་དེས་ན་དོན་དམ་བདེན་པ་རྣམས་བདེན་  
 གྲུབ་ཏུ་མི་སྣང་བས་སྣང་ཚུལ་དང་གནས་ཚུལ་མཐུན་པ་དང་། ཀྱན་རྫོབ་པའི་  
 ཆོས་རྣམས་དེར་སྣང་བས་སྣང་ཚུལ་དང་གནས་ཚུལ་མི་མཐུན་ཟེར་ན། དེ་  
 མི་འཐད་པར་ཐལ། དོན་དམ་བདེན་པ་སོ་སྐྱེའི་སློང་རོར་བདེན་གྲུབ་ཏུ་སྣང་བ་  
 ཤུགས་མི་ཆེ་བས་སྣང་ཚུལ་དང་གནས་ཚུལ་མི་མཐུན་པར་མ་བཞག། ཀྱན་  
 རྫོབ་རྣམས་བདེན་གྲུབ་ཏུ་སྣང་བ་ཤུགས་ཆེ་བས་སྣང་ཚུལ་དང་གནས་ཚུལ་  
 མི་མཐུན་པར་བཞག་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་གཅིག་དང་དུ་མ་གང་རུང་དུ་མ་  
 གྲུབ་པ་དེ་གཞི་ལམ་རྣམ་གསུམ་བདེན་མེད་དུ་སྐྱབ་པའི་རྟགས་ཡང་དག་  
 ཡིན་པའི་བྱིར་ཟེར་ན། འོ་ན། གཅིག་དང་དུ་མ་གང་རུང་དུ་གྲུབ་པ་མེད་པར་  
 ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། ཡོད་ན་གཅིག་དང་དུ་མ་  
 གང་རུང་དུ་ཡོད་དགོས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་བདེན་པའི་གཅིག་དང་བདེན་  
 པའི་དུ་མ་གང་རུང་དུ་མ་གྲུབ་པ་དེ། གཞི་ལམ་རྣམ་གསུམ་བདེན་མེད་དུ་  
 སྐྱབ་པའི་རྟགས་ཡང་དག་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་ཡང་མི་འཐད་པར་ཐལ། གཞིའི་

ཆོས་ཉིད་བདེན་པའི་གཅིག་ཏུ་གྱུ་བ། གཞིའི་ཆོས་ཉིད་དང་། ལམ་གྱི་ཆོས་  
ཉིད་དང་། རྣམ་པའི་ཆོས་ཉིད་གསུམ་བདེན་པའི་དུ་མར་གྱུ་བ་པའི་ཕྱིར། དེར་  
ཐལ། དེ་གསུམ་ཐ་དད་ཅིང་དོན་དམ་བདེན་པ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་བདེན་པའི་  
དུ་མར་གྱུ་བ་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་རྟོན་འབྲེལ་གྱི་རྟགས་ཀྱིས་སྟུ་གུ་བདེན་མེད་  
དུ་སྟུ་བ་པ་སྐབས་སུ་བབ་པའི་སྤྱིར་སྟོན་ཡང་དག་དེས། མཐུན་དཔེ་གཟུགས་  
བརྟན་བདེན་མེད་དུ་མ་ངེས་ཟེར་ན། དེས་དེ་ངེས་པར་ཐལ། དེས་མཐུན་དཔེ་  
གཟུགས་བརྟན་བདེན་མེད་དུ་ངེས་པའི་སྟོན་པས་རྟོན་འབྲེལ་ཡིན་ན།  
བདེན་སྟོང་ཡིན་པས་བྱུ་བ་པ་ཆད་མས་ངེས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་  
མཐུན་དཔེ་གཟུགས་བརྟན་བདེན་མེད་དུ་ངེས་པའི་རིགས་པ་དེའི་བྱེད་པ་ལ་  
བརྟོན་ནས་རྟོན་འབྲེལ་བདེན་སྟོང་དུ་ངེས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
སྟུ་གུ་ཆོས་ཅན། བདེན་པར་མེད་དེ། རྟོན་འབྲེལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན།  
གཟུགས་བརྟན་བཞིན། སྟུ་གུ་ཡང་རྟོན་འབྲེལ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་སྟུ་བ་པ་  
ཡང་དག་འགོད་པའི་ཆེ་སྟུ་གུ་བདེན་མེད་དུ་ངེས་བྱེད་ཀྱི་མཐུན་དཔེར་  
གཟུགས་བརྟན་འཛོག་པ་དེ་སྟུ་གུ་དང་གཟུགས་བརྟན་གྱི་སྟེང་གི་བདེན་  
མེད་ལ་ངེས་དཀའ་སྤྱིའི་བྱེད་པར་ཡོད་པའི་དབང་གིས་འཛོག་པ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྟུ་གུ་བདེན་མེད་དང་མཐུན་དཔེ་གཟུགས་བརྟན་བདེན་  
མེད་གཉིས་ལ་སྤྱིར་བཏགས་ཀྱི་བྱེད་པར་མེད་ཀྱང་བྱེད་གཞིའི་དབང་གིས་

རྟོགས་དགའ་སྤེའི་བྱེད་པར་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ལམ་རིམ་ཚུང་བ་  
 ལས། འོན་ཀྱང་འདི་དག་དཔེར་ལེན་པ་ནི། གཟུགས་སྒྲ་སོགས་ཀྱི་ཆོས་  
 གཞན་རྣམས་ལས་འདི་རྣམས་རང་བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་སྒྲ་བའི་རྒྱ་མཚན་  
 གྱིས་ཡིན་ལ། ཞེས་སོགས་གསུངས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་སྤར་བཤད་པའི་  
 བྱིར་རྒྱལ་ཡང་དག་དེས། སྤྱ་གུ་བདེན་མེད་དུ་ཆད་མས་ངེས་གསུངས་ན།  
 དེ་ཞིག་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ལ་སྤྱ་གུ་བདེན་མེད་དུ་ཆད་མས་མ་ངེས་པ་  
 ངེས་པའི་ཆེད་དུ་བདེན་མེད་དུ་སྒྲུབ་དགོས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ལ་དེ་  
 ལྟར་སྒྲུབ་བྱེད་ཀྱི་རྟོགས་ཡང་དག་འགོད་དགོས་པའི་བྱིར། མ་ཁྲབ་ན། ཁྲབ་  
 པ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་བཀོད་པ་ལ་དགོས་པ་ཡང་དག་ཡོད་པའི་བྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་བཞག་པ་ལ། དབྱུ་མ་ཐལ་རང་གཉིས་ཀྱི་  
 དགག་བྱའི་བྱེད་པར་ལ་བཞེད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་ཀྱང་རང་རྒྱུད་པའི་  
 སྐབས་འདིར་རྟོགས་ཡང་དག་གི་དགག་བྱ་མཐར་ཐུག་ངོས་བཟུང་བ། དེ་  
 འགོག་བྱེད་ཀྱི་གཏན་ཆིགས་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། རྩོ་གནོད་མེད་ལ་སྒྲུབ་  
 བའི་དབང་གིས་བཞག་ཅུ་མ་མ་ཡིན་པར་རང་གི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྤྲོད་  
 ལུགས་ཀྱི་ངོས་ནས་གྲུབ་པ་ཞིག་བྱུང་ན། བདེན་པར་གྲུབ་པ། དོན་དམ་པར་  
 གྲུབ་པ། ཡང་དག་པར་གྲུབ་པ། དེ་ཁོ་ཉིད་དུ་གྲུབ་དགོས་ལ། དེ་རྣམས་དོན་  
 དམ་ལ་དཔྱེད་པའི་རྟོགས་ཡང་དག་གི་དགག་བྱ་མཐར་ཐུག་ཀྱང་ཡིན་ནོ། །

གཟུགས་སོགས་ཀྱི་ཚོས་ནམས་སྟོ་གནོད་མེད་ལ་སྒྲང་བའི་དབང་གིས་  
འཛོག་ཚུལ་ཡོད་དེ། དཔེར་ན། སྤྱི་མ་མཁན་གྱིས་རྟུ་ཤིང་ཏྲ་སྒྲང་དུ་སྤྱལ་  
བ་དེའི་ཆེ། བྱི་བ་བསྐྱད་པའི་ལྟ་མོ་བའི་ངོ་བོར་རྟུ་ཤིང་ཏྲ་སྒྲང་དུ་སྒྲང་བར་མ་  
ཟད། རྟུ་ཤིང་རང་ངོས་ནས་ཀྱང་ཏྲ་སྒྲང་དུ་སྒྲང་བར་འཛོག་པ་དེ་བཞིན་དུ།  
གཟུགས་སོགས་ཐ་སྙད་པའི་སྟོ་ལ་སྒྲང་བ་དང་། རང་ངོས་ནས་ཀྱང་གཟུགས་  
སོགས་སྤྱ་གྲུབ་པར་སྒྲང་བ་གཉིས་ཚོགས་ཀྱི་དབང་གིས་འཛོག་པའི་ཕྱིར།  
དེ་ཡང་རང་ངོས་ནས་གྲུབ་པ་བཞེད་པའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་  
བཤད་དགོངས་པ་རབ་གསལ་ལས། སྤྱི་གྲུ་རང་ངོས་ནས་ས་བོན་ལས་སྤྱི་  
བ་ཡང་མི་འགལ་བ་ནི། སྤྱལ་གཞིའི་ངོས་ནས་ཏྲ་སྒྲང་དུ་སྒྲང་བ་དང་འབྲས་ཏེ།  
སྤྱི་མ་མཁན་གྱིས་སྤྱལ་བའི་ཏྲ་སྒྲང་དེ་སྟོ་ལ་སྒྲང་བའི་དབང་གིས་བཞག་པ་མ་  
ཡིན་པར་ཡུལ་གྱི་སྤྱིང་ནས་གོ་ས་མནན་ཏེ་གྲུབ་ན། བྱི་བ་མ་བསྐྱད་པས་  
མཐོང་དགོས་པ་དེ་བཞིན་དུ། ཚོས་ནམས་སྟོ་ལ་སྒྲང་བའི་དབང་གིས་བཞག་  
པ་མ་ཡིན་པར་རང་གི་མཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྟོན་ལུགས་ཀྱི་དབང་གིས་  
མ་གྲུབ་སྟེ། དེ་ལྟར་གྲུབ་ན། སྟོ་མ་འབྲུལ་བ་སྟོ་བ་པ་འཕགས་པའི་སྟོང་ཉིད་  
མངོན་སུམ་དུ་ཉོགས་པའི་མཉམ་གཞག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་གཟིགས་ངོར་ཡོད་  
དགོས་པས། རོན་དམ་དཔྱོད་ཀྱི་རིག་ཤེས་ཀྱིས་དབྱུད་བཟོད་དུ་གྲུབ་པའི་  
བདེན་གྲུབ་ཏུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། དེ་དག་ནི། རྟུ་ཤིང་དགོངས་པ་རབ་གསལ་



སོགས་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལྟ་བ་ནམ་དག་རང་རྒྱད་  
ལ་སྐྱེ་བ་ལ། དགག་བྱ་བདེན་བྱུང་གི་དོན་སྤྱི་སྟོ་ཡུལ་དུ་འཆར་བ་སྟོན་དུ་  
འགྲོ་དགོས་ཏེ། དེ་སྟོན་དུ་མ་སོང་བར་བདེན་བྱུང་བཀག་པའི་མེད་དགག་  
སྟོང་ཉིད་ངེས་མི་རུས་པའི་བྱིར་ཏེ། དཔེར་ན། ས་སྟོགས་འགའ་ཞིག་ཏུ་བུམ་  
པ་མེད་པར་ངེས་པ་ལ། གལ་ཏེ་དེར་བུམ་པ་ཡོད་ན་དབྱིབས་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་  
ཏུ་ཡོད་དགོས་སྟམ་པ་སྟོན་དུ་འགྲོ་དགོས་པ་བཞིན་ཡིན་པའི་བྱིར། དེ་ལྟར་  
ཡང་སྟོང་འཇུག་ལས། །བཏགས་པའི་དངོས་ལ་མ་རེག་པར། །དེ་ཡི་དངོས་  
མེད་འཇིན་མ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་དགག་བྱ་དེ་འགོག་བྱེད་ཀྱི་གཏན་ཆིགས་བཤད་པ་ལ།  
དབུ་མ་པ་ལ་གྲགས་པའི་དངོས་པོ་བདེན་མེད་དུ་སྐབ་པའི་གཏན་ཆིགས་  
ཆེན་པོ་ལྟ་ཡོད་དེ། རྒྱ་ལ་དཔྱོད་པ་རྩི་རྩེ་གཟེགས་མའི་གཏན་ཆིགས། འབྲས་  
བུ་ལ་དཔྱོད་པ་ཡོད་མེད་སྐྱེ་འགོག་གི་གཏན་ཆིགས། རྒྱ་འབྲས་གཉིས་ཀ་ལ་  
དཔྱོད་པ་ལྷ་བཞི་སྐྱེ་འགོག་གི་གཏན་ཆིགས། རིགས་པའི་རྒྱ་ལ་པོ་རྟེན་  
འབྲེལ་གྱི་གཏན་ཆིགས། རོ་བོ་ལ་དཔྱོད་པ་གཅིག་དུ་བྲལ་གྱི་གཏན་ཆིགས་  
དང་ལྟ་ཡོད་པའི་བྱིར། དང་པོ་ནི། བྱི་ནང་གི་དངོས་པོ་ནམས་ཆོས་ཅན། དོན་  
དམ་པར་མི་སྐྱེ་སྐྱེ། བདག་ལས་ཀྱང་མི་སྐྱེ། དོན་དམ་པར་གཞན་ལས་ཀྱང་  
མི་སྐྱེ། བདག་གཞན་གཉིས་ཀ་ལས་ཀྱང་མི་སྐྱེ། རྒྱ་མེད་ལས་ཀྱང་མི་སྐྱེ་བའི་

ཕྱིར། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ། ཅ་བ་ཤེས་རབ་ལས། བདག་ལས་མ་ཡིན་གཞན་  
ལས་མིན། །གཉིས་ལས་མ་ཡིན་རྒྱ་མེད་མིན། །དངོས་པོ་གང་དག་གང་ན་  
ཡང་། །སྤྱི་བ་ནམ་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི།  
འབྲས་བུ་རྣམས་ཆོས་ཅན། རོན་དམ་པར་མི་སྤྱེ་སྟེ། རང་གི་རྒྱ་དུས་སུ་ཡོད་  
པར་ཡང་རོན་དམ་པར་མི་སྤྱེ། མེད་པར་ཡང་རོན་དམ་པར་མི་སྤྱེ། གཉིས་ཀ་  
ཡིན་པར་ཡང་རོན་དམ་པར་མི་སྤྱེ། གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པར་ཡང་རོན་དམ་  
པར་མི་སྤྱེ་བའི་ཕྱིར། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ། དབུ་མ་རྒྱན་ལས། ཡོད་པ་ཡོད་  
ཕྱིར་སྤྱེ་མ་ཡིན། །མེད་པ་མེད་ཕྱིར་སྤྱེ་མ་ཡིན། །ཆོས་མི་མཐུན་ཕྱིར་ཆོས་  
མ་ཡིན། །གཉིས་ཀའི་བདག་ཉིད་མིན་པའང་མིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
གསུམ་པ་ནི། རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་དངོས་པོ་རྣམས་ཆོས་ཅན། རོན་དམ་པར་མི་སྤྱེ་  
སྟེ། རྒྱ་དུ་མས་འབྲས་བུ་དུ་མ་ཡང་རོན་དམ་པར་མི་བསྐྱེད། རྒྱ་དུ་མས་  
འབྲས་བུ་གཅིག་ཁོ་ན་ཡང་རོན་དམ་པར་མི་བསྐྱེད། རྒྱ་གཅིག་གིས་འབྲས་  
བུ་དུ་མ་ཡང་རོན་དམ་པར་མི་བསྐྱེད། རྒྱ་གཅིག་གིས་འབྲས་བུ་གཅིག་ཁོ་ན་  
ཡང་རོན་དམ་པར་མི་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ། བདེན་གཉིས་  
ལས། དུ་མས་གཅིག་གིས་དངོས་མི་བྱེད། །དུ་མས་དུ་མ་བསྐྱེད་མ་ཡིན། །  
གཅིག་གིས་དུ་མའི་དངོས་མི་བྱེད། །གཅིག་གིས་གཅིག་བྱེད་པ་ཡང་  
མིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། བཞི་པ་ནི། སྤང་སོགས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་

ཆོས་ཅན། བདེན་པར་མེད་དེ། ཏེན་འབྲེལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་  
 ཏེ། རྩ་བ་ཞེས་རབ་ལས། གང་ཕྱིར་ཏེན་འབྲུང་མ་ཡིན་པའི། །ཆོས་འགའ་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ། །དེ་ཕྱིར་སྟོང་པ་མ་ཡིན་པའི། །ཆོས་འགའང་ཡོད་པ་མ་  
 ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ལྷ་པ་ལ། ཏྲགས་འགོད་པ་དང་། ཚུལ་  
 སྐྱབ་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི། གཞི་ལམ་རྣམ་གསུམ་ཆོས་ཅན། བདེན་པར་མེད་  
 དེ། བདེན་གྲུབ་ཀྱི་གཅིག་དང་བདེན་གྲུབ་ཀྱི་དུ་མ་གང་རུང་དུ་མ་གྲུབ་པའི་  
 ཕྱིར། དཔེར་ན། གཟུགས་བརྟན་བཞིན། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ། དབུ་མ་རྒྱན་  
 ལས། བདག་དང་གཞན་པའི་དངོས་འདི་དག །ཡང་དག་པར་ན་གཅིག་པ་  
 དང་། །དུ་མའི་དངོས་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར། །རང་བཞིན་མེད་དེ་གཟུགས་  
 བརྟན་བཞིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ཚུལ་སྐྱབ་པ་ལ་གཉིས།  
 རྩོགས་ཆོས་སྐྱབ་པ་དང་། རྒྱབ་པ་སྐྱབ་པའོ། །དང་པོ་ནི། གཞི་ལམ་རྣམ་  
 གསུམ་ཆོས་ཅན། བདེན་གྲུབ་ཀྱི་གཅིག་དུ་མ་གྲུབ་སྟེ། ཆ་བཅས་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཡོད་པ་གང་ཞིག ཆ་ཡོད་ནི་ཆ་མེད་དང་དངོས་འགའ་ཡིན།  
 ཆ་མེད་ཞེས་བྲལ་ལ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་དེར་ཐལ། འདུས་བྲས་ལ་ཡང་  
 མི་སྲིད། འདུས་མ་བྲས་ལ་ཡང་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར། འདུས་བྲས་ལ་ཆ་མེད་མི་  
 སྲིད་དེ། ལྷ་གྲུ་ལྟ་བུ་རིང་ཐུང་སོགས་ཀྱི་ཆ་དང་བཅས། དུམ་པ་ལྟ་བུ་མཚུ་  
 ཞབས་སོགས་ཀྱི་ཆ་དང་བཅས། རྒྱེས་བྲུ་ལྟ་བུ་ལ་ཆེ་ཆུང་སྟོད་སྦྱད་སོགས་

ཀྱི་ཆ་དང་བཅས། ཆོག་ལྟ་བུ་གོ་རིམ་སྐད་རིགས་སོགས་ཀྱི་ཆ་དང་བཅས།  
དུས་ལྟ་བུ་ལོ་ཟླ་ཞག་དུས་ཚོད་སོགས་ཀྱི་སྤྱི་ཆ་དང་བཅས། ཤེས་པ་ལྟ་  
བུ་གསལ་མི་གསལ་སྤྱད་ས་མ་སྤྱད་ས་སྟོན་མི་སྟོན་སོགས་ཀྱི་ཆ་དང་བཅས་  
པའི་བྱིར། འདུས་མ་བྱས་ལ་ཆ་མེད་མི་སྲིད་དེ། ཉམ་མཁའ་ལྟ་བུ་ཤར་རྒྱབ་  
སོགས་ཀྱི་ཆ་དང་བཅས། སྟོང་ཉིད་ལྟ་བུ་རང་གི་སྟོང་གཞི་སོ་སོ་དང་གང་  
ཟག་འགའ་ཞིག་གིས་རྟོགས་མ་རྟོགས་སོགས་ཀྱི་ཆ་དང་བཅས། སྤང་འདས་  
ལྟ་བུ་སྟོན་མཐའ་དག་སྤངས་མ་སྤངས་སོགས་ཀྱི་ཆ་དང་བཅས་པའི་བྱིར།  
གཞི་ལམ་རྣམ་གསུམ་ཆོས་ཅན། བདེན་གྲུབ་ཀྱི་དུ་མར་མ་གྲུབ་སྟེ། བདེན་  
གྲུབ་ཀྱི་གཅིག་དུ་གྲུབ་པ་མེད་པའི་བྱིར། རྒྱབ་སྟེ། གཅིག་མེད་ན། དུ་མ་ཡང་  
མེད་དགོས་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་ཁྲབ་པ་སྐྱབ་པ། བདེན་གྲུབ་ཀྱི་གཅིག་དང་  
བདེན་གྲུབ་ཀྱི་དུ་མ་གང་རུང་དུ་གྲུབ་པ་མེད་ན། བདེན་པར་མེད་པས་ཁྲབ་  
སྟེ། བདེན་མེད་ཀྱི་གཅིག་དང་བདེན་མེད་ཀྱི་དུ་མ་གང་རུང་མ་ཡིན་པའི་  
ཆོས་སྤང་གསུམ་པ་མེད་པའི་བྱིར་ཏེ། ཡོད་ན་གཅིག་དང་དུ་མ་གང་རུང་དུ་  
ཡོད་དགོས་པའི་བྱིར།

གསུམ་པ་ཅོད་པ་སྤོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་  
བའི་གདུལ་བྱ་ཡིན་ན། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པས་ཁྲབ་པར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན་མཐུན་  
གསུམ་བདེན་མེད་དུ་ངེས་པས་ཁྲབ་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། མཐུན་

གསུམ་བདེན་མེད་དུ་ངེས་མྱོང་བས་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་མ་ཁྲབ་ཟེར། མ་  
 གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། ཐོག་མར་ཡུམ་མཁུན་གསུམ་ལ་ངོ་བོ་དང་  
 རུས་པའི་ཡོན་ཏན་ཡོད་མེད་ལེགས་པར་བཏགས་ནས་མཁུན་གསུམ་གྱིས་  
 རང་འབྲས་བྱང་ཚུབ་དོན་དམ་པར་མི་བསྐྱེད་ཀྱང་ཐ་སྙད་དུ་བསྐྱེད་རུས་སུ་  
 ངེས་མྱོང་ཡིན་པས་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་  
 ཅིག་ མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་དབང་རྒྱལ་མེད་པར་  
 ཐལ། དེའི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱར་གྱུར་པའི་དབང་རྒྱལ་མེད་པའི་ཕྱིར་  
 ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་  
 གདུལ་བྱ་ཡིན་ན་དབང་རྟོན་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ ལྟོང་ཉིད་མ་  
 རྟོགས་པར་ཐེག་ཆེན་ལམ་དུ་ཞུགས་པའི་མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་  
 བའི་གདུལ་བྱ་ཡོད་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་ལམ་དུ་ཞུགས་ནས་ལྟོང་ཉིད་མ་  
 རྟོགས་པའི་མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་  
 ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་ལམ་དུ་ཞུགས་པའི་བདེན་  
 འཛིན་མངོན་འགྱུར་དུ་རྒྱུད་ལ་ལྷན་པའི་དེའི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་བྱང་  
 སེམས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་རྗེས་ཐོབ་པའི་རྒྱུད་ལ་བདེན་  
 འཛིན་མངོན་འགྱུར་དུ་འབྱུང་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་  
 བདེན་འཛིན་ཀྱན་བཏགས་དང་ལྷན་སྐྱེས་གང་རུང་ཞིག་མངོན་འགྱུར་དུ་



འབྱུང་བ་སྤྲོད་པའི་ཕྱིར། གོང་དུ་འདོད་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། མངོན་  
རྟོགས་རྒྱན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་བྱང་སེམས་ཡིན་ན། སྟོང་ཉིད་  
རྟོགས་སྟོང་ཡིན་དགོས་པ་གང་ཞིག ཆོགས་ལམ་དུ་མ་ཞུགས་པར་སངས་  
རྒྱས་པའི་གང་ཟག་མེད་པས་རིགས་པ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བ། རང་གི་མཚན་ཉིད་གྱིས་བྱུང་བ།  
རང་ངོས་ནས་བྱུང་བ། རང་དབང་དུ་བྱུང་བ། རྗེས་སུ་བྱུང་བ་རྣམས་མེད་  
པར་ཐལ། དབྱུ་མ་པས་དེ་དག་མེད་པར་འདོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་དག་  
མེད་པར་འདོད་པའི་དབྱུ་མ་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་བཟུང་ན། མ་ཁྲབ། མ་བྱུང་ན།  
དེར་ཐལ། དབྱུ་མ་ཐལ་འགྱུར་བས་དེ་དག་མེད་པར་འདོད་པའི་ཕྱིར། ཁོ་ན་  
རེ། དེ་དག་མེད་པར་ཐལ། མགོན་པོ་སྤྱི་སྤྱོད་གྱིས་དེ་དག་མེད་པར་བཞེད་  
པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དཔལ་ལྷན་སྒྲིབས་དེ་ལྟར་བཞེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
དབྱུ་མ་ཐལ་འགྱུར་བས་དེ་ལྟར་བཞེད་པའི་ཕྱིར་བཟུང་ན། རྣམ་པ་གཅིག་ཏུ་ན་  
མ་ཁྲབ་སྟེ། མགོན་པོ་སྤྱི་སྤྱོད་སྐབས་འདིར་དབྱུ་མ་རང་རྒྱུད་པ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །

ཁ་ཅིག གཞི་བྱུང་ན། རང་གི་མཚན་ཉིད་གྱིས་བྱུང་བས་ཁྲབ་པར་  
ཐལ། དེ་ལྟར་བཞེད་པའི་མཁས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་བཟུང་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། མཁས་  
བྱུང་གྱིས་མ་ཁྲབ་པ་ལྟར་བཞེད་ཅིང་། ཁྲབ་པ་བཞེད་པའི་གཞུང་མང་བའི་

ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སྟོང་ཉིད་ཆོས་ཅན། བདེན་པར་གྲུབ་པར་ཐལ། འོན་དམ་བདེན་  
 པར་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། འོན་དམ་བདེན་པ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཟེར། འོ་ན། ལྷ་གྲུ་ཆོས་ཅན། བདེན་པར་གྲུབ་པར་ཐལ། གྲུ་  
 རྩོལ་བདེན་པར་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་པ་ཁས། འདོད་མི་རུས་སོ། ཁ་ཅིག་  
 ཆོས་ཐམས་ཅད་བདེན་གྲུབ་ཏུ་སྒྲུབ་པར་ཐལ། རྟེན་ཤིང་རྟ་སྒྲུང་ཏུ་སྒྲུབ་པའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྟེན་ཤིང་རྟ་སྒྲུང་ཏུ་སྒྲུལ་པ་ལ་མ་སྟོས་པར་སྒྱིར་ཡང་རྟ་སྒྲུང་ཏུ་  
 སྒྲུབ་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་བཤད་དགོངས་པ་རབ་གསལ་ལས། ཞེས་པ་  
 འཁྲལ་ངོ་ཅམ་ཏུ་རྟ་སྒྲུང་ཏུ་སྒྲུབ་པ་ཡིན་གྱི་སྒྱིར་སྒྲུལ་གཞི་རྟ་སྒྲུང་ཏུ་མི་སྒྲུབ་  
 ཞེས་བྱར་མི་རུང་གི་ ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། སྒྱུན་མེད་དེ། དེ་ནི་  
 ལྷ་མ་མཁན་གྱིས་རྟེན་ཤིང་རྟ་སྒྲུང་ཏུ་སྒྲུལ་པ་དེའི་ཆེ། རྟ་མོ་བའི་ངོ་བོར་མ་  
 ཟད། རྟེན་ཤིང་གི་ངོས་ནས་ཀྱང་རྟ་སྒྲུང་ཏུ་སྒྲུབ་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ན། གངས་རི་སྒྲོན་པོ། དུང་དཀར་སེར་པོ། ཐོ་ཡོར་མི། ཐག་  
 པ་སྒྲུལ་ཏུ་སྒྲུབ་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། གངས་རི་  
 དཀར་པོར་སྒྲུབ་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་ཁ་དོག་དཀར་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 གོང་ཏུ་འདོད་ན། མི་འཐད་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པས་ཆོས་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་སྟོང་ཏུ་བདེན་གྲུབ་ཀྱི་གཉིས་སྒྲུབ་རུབ་པའི་སྟོན་ས་བདེན་མེད་མཛོན་  
 སུམ་ཏུ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རྟགས་གྱིས་ལྷ་གྲུ་བདེན་

མེད་དུ་སྐྱབ་པ་སྐྱབས་སུ་བབ་པའི་སྤྱི་གྲོལ་ཡང་དག་གིས། སྤྱ་གྲུ་བདེན་མེད་  
དུ་ཆོད་མས་ངེས་པར་ཐལ། དེས་གཟུགས་བརྟན་བདེན་མེད་དུ་རྟོགས་པའི་  
རིགས་པ་དེའི་བྱེད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱ་གྲུ་བདེན་མེད་དུ་ངེས་རུས་པའི་སྤྱིར་  
ཟེར་ན། སྤར་བཞིན་མ་བྱུང་། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། འཕགས་པ་ལྷས། གང་གི་  
དངོས་གཅིག་དེ་བཞིན་ཉིད་མཐོང་བ། །དེ་ཡིས་དངོས་ཀྱི་དེ་བཞིན་ཉིད་དུ་  
མཐོང་། །ཞེས་པ་དང་། གཅིག་གི་སྟོང་ཉིད་གང་ཡིན་པ། །དེ་ནི་ཀུན་གྱི་སྟོང་  
ཉིད་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར་ འདོད་མི་རུས་སོ་བྱས་པ་ལ། ཁོ་ན་རེ།  
དེས་སྤྱ་གྲུ་བདེན་མེད་དུ་ངེས་པར་ཐལ། དེས་སྤྱ་གྲུའི་སྟོང་དུ་རྟེན་འབྲེལ་ལ་  
བདེན་མེད་གྱིས་བྱུང་པ་ཆོད་མས་ངེས་པའི་སྤྱིར་ཟེར་ན། མ་བྱུང་། མ་གྲུབ་  
ན། དེར་ཐལ། དེས་སྤྱ་གྲུ་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་ན། སྤྱ་གྲུ་བདེན་མེད་ཡིན་པས་  
བྱུང་པ་ཆོད་མས་ངེས་པའི་སྤྱིར་ དེར་ཐལ། དེས་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རྟགས་གྱིས་  
སྤྱ་གྲུ་བདེན་མེད་དུ་སྐྱབ་པའི་ཚུལ་གསུམ་ཆོད་མས་ངེས་པའི་སྤྱིར་ ཁ་ཅིག་  
སྤྱ་གྲུ་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་ན་སྤྱ་གྲུ་བདེན་མེད་ཡིན་པས་བྱུང་པ་ཆོད་མས་ངེས་  
ན། སྤྱ་གྲུ་བདེན་མེད་དུ་ཆོད་མས་ངེས་པས་བྱུང་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་བྱུང་པ་  
མཁས་པ་མང་པོས་བཞེད་པའི་སྤྱིར་ཟེར་ན། ཁོ་ལོ་ནི། རྗེ་སྤྱ་མའི་དགོངས་  
པར་བསམ་ནས་དེ་ལྟར་ཁས་ལེན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ལེན་ན། ལམ་རིམ་  
སོགས་ནས་མ་ཐུན་དཔེ་གཟུགས་བརྟན་དང་སྤྱ་གྲུའི་སྟོང་གི་བདེན་མེད་

གཉིས་ལ་ངེས་དཀའ་སྒྲ་ཡོད་པར་བཤད་པ་དང་འགལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།  
 ཡང་ན་དེ་འདྲ་བའི་ཕྱི་རྒྱུ་ཡང་དག་དེས་སྒྲ་གྲུ་བདེན་མེད་དུ་ཆད་མས་  
 དེས་ཀྱང་རྒྱུ་བ་དེ་ཡིན་ན་སྒྲ་གྲུ་བདེན་མེད་དུ་ཆད་མས་ངེས་པས་མ་ཁྱབ་  
 རྟེ། དེ་བདེན་མེད་དུ་ཆད་མས་མ་ངེས་པའི་རྒྱུ་བ་དབང་རྒྱལ་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར། ཞེས་འདོད་པར་བྱའོ། །ཁ་ཅིག་སྒྲགས་རྣམས་ཀྱིས་མིག་མ་བསྐྱད་པའི་  
 འཛིག་རྟེན་གྱི་ཀུན་པོ་བརྟ་བྱང་གིས། བདེན་མེད་ངེས་པར་ཐལ། དེས་བྱད་  
 བཞིན་གྱི་གཟུགས་བརྟན་དང་། སྒྲ་མའི་རྟ་སྐྱང་བདེན་མེད་དུ་ངེས་པའི་ཕྱིར།  
 དེར་ཐལ། དེས་བྱད་བཞིན་གྱི་གཟུགས་བརྟན་བྱད་བཞིན་དུ་བདེན་པར་མེད་  
 པ་དང་། སྒྲ་མའི་རྟ་སྐྱང་རྟ་སྐྱང་དུ་བདེན་པར་མེད་པ་ངེས་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན།  
 མ་ཁྱབ། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། དེས་བྱད་བཞིན་གྱི་གཟུགས་བརྟན་བྱད་  
 བཞིན་དུ་བརྟན་པ་དང་། སྒྲ་མའི་རྟ་སྐྱང་རྟ་སྐྱང་དུ་བརྟན་པར་ངེས་པའི་ཕྱིར།  
 ཁོ་ན་རེ། དེ་འདྲ་བའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཀུན་པོ་བརྟ་བྱང་རང་ཁ་བ་དེས། བྱད་  
 བཞིན་གྱི་གཟུགས་བརྟན་བྱད་བཞིན་དུ་བདེན་མེད་མ་ངེས་པར་ཐལ། བྱད་  
 བཞིན་གྱི་གཟུགས་བརྟན་བྱད་བཞིན་དུ་བདེན་པར་མེད་པ་སྟོང་ཉིད་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱད་བཞིན་གྱི་གཟུགས་བརྟན་བྱད་བཞིན་གྱི་གཟུགས་  
 བརྟན་དུ་བདེན་པར་མེད་པ་སྟོང་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན་མ་ཁྱབ་རྟེ། བྱད་  
 བཞིན་གྱི་གཟུགས་བརྟན་དེ་ཐ་སྐྱད་ཅ་མ་དུ་ཡང་བྱད་བཞིན་དུ་མ་གྲུབ་ཀྱང་།

བྱང་བཞིན་གྱི་གཟུགས་བརྟན་དུ་གྱུབ་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སྤྱི་མཐའ་རྟ་སྤང་སྤྱི་  
མཐའ་རྟ་སྤང་གི་གཞི་མཐུན་དུ་ཐལ་བ་འཕེན་པ་དང་། ཡང་ཁ་ཅིག་བདག་ཆོས་  
ཅན། ཁྱོད་ལ་སྤྱི་བ་ཡོད་པར་ཐལ། ཁྱོད་འདུས་བྱས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཟེར་བ་  
དང་། གཞན་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་སྤྱི་བ་མེད་པར་ཐལ། ཁྱོད་འདུས་མ་བྱས་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྟག་མི་རྟག་གཉིས་གཞན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཟེར་བ་  
ནི། ཆོག་ལ་གཙོ་བོར་བརྟན་པ་དང་། ཅོད་གཞི་ལ་སྤྱོད་པའི་བྱུང་བ་འགལ་  
བར་ཤེས་པར་བྱའོ།

### བྱང་འདས།

༥ ཉན་ཐོས་ཞི་བ་ཆོལ་རྣམས་ཀྱན་ཤེས་ཉིད་ཀྱིས་ཉེར་ཞིར་འབྲིང་  
མཛད་གང་ཡིན་དང་། །ཞེས་པ་དང་། ཉན་ཐོས་དང་དེའི་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱོན་པ་  
ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ། མཐའ་དབྱུང་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་  
ཅིག་རང་བཞིན་གྱི་བྱང་འདས་ཡིན་ན། བྱང་འདས་ཡིན་པས་བྱུང་བ་ཟེར་ན།  
སྤྱི་བ་པའི་ཆོས་ཉིད་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གཞོད་མ་ནས་  
དོན་དམ་པར་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྱུབ་པའི་སྟོང་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་  
ཐལ། གཞོད་མ་ནས་བདེན་པར་གྱུབ་པ་ལས་འདས་པའི་སྟོང་ཉིད་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། བྱུང་སྟེ། མདོ་ལས། གཞོད་མ་ནས་ཞི་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་རང་བཞིན་  
གྱིས་ཡོངས་སུ་བྱུང་ན་ལས་འདས་པའོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན།



སྒྲིབ་པ་རྒྱུད་ལྡན་གྱི་གང་ཟག་དག་བཙུམ་པ་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། ཁ་ཅིག་རང་  
 བཞིན་གྱི་མྱང་འདས་ཡིན་ན། མྱང་འདས་མ་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། རྣམ་  
 མཁེན་གྱི་ཆོས་ཉིད་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཉིད་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། མྱང་འདས་ཡིན་པར་ཐལ། རོ་བོ་ཉིད་  
 སྒྲུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རང་བཞིན་རྣམ་དག་གི་ཆར་གྱུར་པའི་རོ་བོ་  
 ཉིད་སྒྲུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ཉོན་  
 སྒྲིབ་དང་བྲལ་བའི་བྲལ་བ་ཡིན་ན། མྱང་འདས་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། དམན་  
 ལམ་སྒྲོན་དུ་མ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་རྒྱན་མཐའ་བའི་རྒྱུད་གྱི་འགོག་བདེན་  
 ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྒྲིབ་པ་མཐའ་དག་དང་བྲལ་བའི་  
 བྲལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྱབ་སྟེ། རྒྱན་  
 མཐའ་བའི་བར་ཆད་མེད་ཀྱི་གནས་སྐབས་སུ་ངི་མ་མཐའ་དག་དང་བྲལ་བའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། འགྲེལ་པ་ལས། ངི་མ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་སྟོན་ཀའི་ཟླ་  
 བའི་འོད་བཞིན་དུ་དཀར་བའི་རོ་བོར་སྐྱེས་པ་དེའི་ཆོ། ཞེས་གསུངས་པའི་  
 ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེ་རྒྱུད་ལྡན་གྱི་བྱང་སེམས་དེ་དག་བཙུམ་པ་མ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་འདྲ་བའི་བྱང་སེམས་དེས། སྒྲིབ་གཉིས་ཅིག་  
 ཅར་དུ་སྤངས་པ་དང་སངས་རྒྱས་པ་དུས་མཉམ་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཀུན་  
 ལས་བརྟུས་ལས། ཅིག་ཅར་ཉོན་མོངས་དང་ཞེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་སྟོང་། ཅིག་

ཅར་དག་བཅོམ་པ་དང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་  
པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་སྤང་འདས་ཡིན་ན། སྤྱག་བསྐྱེད་དང་ཀྱན་འབྱུང་གཉིས་  
ཀ་སྤངས་པའི་སྤང་འདས་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། སྤྱག་བཅས་སྤང་འདས་ལ་  
གནས་པའི་ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྤང་འདས་ཆོས་ཅན། དེར་  
ཐལ། དེའི་བྱིར། འདོད་ན། དེ་མ་སྤངས་པར་ཐལ། སྤྱག་བསྐྱེད་ཡང་མ་སྤངས།  
ཀྱན་འབྱུང་ཡང་མ་སྤངས་པའི་བྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་སྤྱག་  
བསྐྱེད་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་ཆོར་བ་སྤྱག་བསྐྱེད་སྤྱོད་  
ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ལམ་རིམ་ཆུང་བ་ལས། ཆོར་བ་གདུང་བའི་རྣམ་པ་  
ཅན་ཐ་ན་དག་བཅོམ་པའི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་སྡོན་མི་དགེ་བ་བྱས་པ་  
ལས་བྱུང་བ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་  
ལ་ལས་ཀྱི་ཀྱན་འབྱུང་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་དེ་ཡོད་ཀྱང་  
ཉན་ཐོས་མེད་པས་ལས་ཀྱི་དབང་གིས་སྤྱོད་པ་མི་ལེན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ།  
རྣམ་འགྲེལ་ལས། །སྤྱི་དཔེ་སྤྱི་དཔེ་ལས་རྣམ་བཞུགས་བས། །ལས་གཞན་འཕེན་  
བྱས་མ་ཡིན་ཏེ། །སྤྱན་ཅིག་བྱེད་པ་བྱེད་བྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར།  
མཁས་པ་ཁ་ཅིག་སྤྱག་བཅས་སྤང་འདས་ཡིན་ན། དམན་པའི་སྤང་འདས་  
ཡིན་པས་ཁྱབ། སྤྱག་མེད་སྤང་འདས་ཡིན་ན་ཡང་དེ་སྤྱར་ཁྱབ་ཟེར་ན། དང་  
པོ་ལ། ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པའི་རྟོགས་པ་སྡོན་དུ་སོང་ཞིང་ཉེར་ལེན་གྱི་སྤང་

པོ་མ་དོར་བའི་བྱང་སེམས་ཆོགས་ལམ་པའི་རྒྱད་ཀྱི་བྱང་འདས་ཆོས་ཅན།  
 དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱད་ཀྱི་ལྷག་བཅས་བྱང་  
 འདས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་  
 ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ལྷག་བཅས་བྱང་འདས་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་  
 དག་བཙུག་ཆེ་དེ་ལ་ཐེག་ཆེན་ལམ་དུ་འཇུག་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་  
 རུས་ཏེ། བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱད་ཀྱི་བྱང་འདས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་ལ། སངས་  
 རྒྱུ་འཕགས་པའི་རྒྱད་ཀྱི་བྱང་འདས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་  
 ཐལ། ལྷག་བཅས་ཀྱི་བྱང་པོ་ལྷག་མ་དང་བཅས་པ་སྤངས་པའི་བྱང་འདས་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱང་སྒྲུབ་ཀྱི་དེའི་རྒྱད་ལ་དེ་འདྲ་བའི་ལྷག་མེད་བྱང་འདས་ཡོད་  
 པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་སངས་རྒྱུ་  
 འཕགས་པའི་རྒྱད་ཀྱི་ལྷག་མེད་བྱང་འདས་དེ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་དུ་ཤེར་ཕྱིན་ལ་  
 སློབ་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མདོ་ལས། བྱང་པོ་ལྷག་མ་མེད་པའི་བྱ་  
 རན་ལས་འདས་པའི་དབྱིངས་ལ་གནས་པར་འདོད་པས་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་  
 རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་  
 ཏེ། མི་གནས་པའི་བྱང་འདས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱུ་  
 འཕགས་པའི་རྒྱད་ཀྱི་བྱང་འདས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ཐེག་ཆེན་པའི་རྒྱད་  
 ཀྱི་བྱང་འདས་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་ཀྱི་བྱང་འདས་ཡིན་པས་བྱང་ཐེར་ན། བྱང་

སེམས་ཚྭ་གསལ་ལམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་མྱང་འདས་ཚས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། མྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་མྱང་འདས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
ཚས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དམན་  
ལམ་སྡོན་དུ་སོང་བའི་མྱང་སེམས་ཚྭ་གསལ་ལམ་པའི་རྒྱུད་ལ་མྱང་འདས་ཡོད་  
པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་མྱང་འདས་ཡིན་པར་ཐལ།  
འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། མྱང་སེམས་སོ་སྐྱེའི་རྒྱུད་ཀྱི་མྱང་འདས་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་དམན་པའི་མྱང་འདས་ཡིན་ན། མྱང་འདས་མ་ཡིན་  
པས་ཁྲབ་ཟེར་ན། འོ་ན། ཐེག་དམན་དག་བཅོམ་པ་ཡིན་ན། དག་བཅོམ་པ་མ་  
ཡིན་པས་ཁྲབ་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། མདོ་  
ལས། ཐམས་ཅད་ཀྱང་དག་བཅོམ་པ། ཟག་པ་ཟད་པ། ཉོན་མོངས་པ་མེད་པ།  
དབང་དུ་གྱུར་པ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་།

མཆོམས་མེད་ལྷ་མེད་པར་ཐལ། དག་བཅོམ་པ་བསད་པའི་མཆོམས་  
མེད་ཀྱི་ལས་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་དག་བཅོམ་པ་གསོད་མི་  
རུས། ཐེག་དམན་དག་བཅོམ་པ་དག་བཅོམ་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་སོང་།  
འདོད་མི་རུས་སོ། ཁ་ཅིག་ ཉོན་སྐྱབ་མ་ལུས་པར་སྤངས་ཤིང་ཕྱང་པོ་དང་  
བཅས་པའི་སོ་སོར་བརྟགས་འགོག ལྷག་བཅས་མྱང་འདས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད།  
ཉོན་སྐྱབ་མ་ལུས་པར་སྤངས་ཤིང་ཕྱང་པོ་དང་བྲལ་བའི་སོ་སོར་བརྟགས་

འགོག་ ལྷག་མེད་མྱང་འདས་ཀྱི་མཆན་ཉིད། སྲིད་ཞིའི་མཐའ་ལ་མི་གནས་  
 པའི་སོ་སོར་བརྟགས་འགོག་ མི་གནས་པའི་མྱང་འདས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཟེར་  
 བ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་མྱང་འདས་ཆོས་ཅན། ལྷག་བཅས་  
 མྱང་འདས་ཡིན་པར་ཐལ། མཆན་ཉིད་དང་པོ་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཉོན་སྒྲིབ་  
 མ་ལུས་པར་སྤངས་པ་གང་ཞིག སྤང་པོ་དང་བཅས་པའི་སོ་སོར་བརྟགས་  
 འགོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་སྒྲུ་ ཕྱི་མ་དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་  
 རྒྱུད་ལ་སྤང་པོ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་ཟག་མེད་ཀྱི་སྤང་པོ་  
 ལྷ་པོ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ལྷག་མེད་མྱང་འདས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་མྱང་འདས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་  
 ཅིག་མ་བྱུང་ཟེར། ཡང་ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ལྷག་མེད་མྱང་  
 འདས་ཆོས་ཅན། ལྷག་བཅས་མྱང་འདས་ཡིན་པར་ཐལ། མཆན་ཉིད་དང་པོ་  
 དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཉོན་སྒྲིབ་སྤངས་པ་གང་ཞིག སྤང་པོ་དང་བཅས་པའི་  
 མྱང་འདས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་གཟུགས་ཀྱི་སྤང་པོ་  
 ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །

གཞན་ཡང་། མཆན་ཉིད་བར་པ་དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ལྷག་མེད་མྱང་  
 འདས་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ལ་སྤང་པོ་ཡོད་པར་བསྒྲུབས་ཟིན་  
 པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། བྱང་སེམས་ས་བརྒྱུད་པ་བའི་རྒྱུད་ཀྱི་མྱང་འདས་



ཆོས་ཅན། མི་གནས་པའི་མྱང་འདས་ཡིན་པར་ཐལ། མཆན་ཉིད་ཕྱི་མ་དེའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྤིང་ཞིའི་མཐའ་ལས་འདས་པའི་མྱང་འདས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། སྤིང་ཞིའི་མཉམ་ཉིད་སྦྱོར་བ་ཐོབ་པའི་མྱང་འདས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
འདོད་ན། མི་འཐད་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་མྱང་འདས་  
མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སྟག་བཅས་སྟག་མེད་ཀྱི་དོན། དག་བཅོམ་པས་སྦྱ་  
ཆེའི་འདུ་བྱེད་བཏང་མ་བཏང་ལ་བྱེད་ཟེར་ན། འོ་ན། སྦྱ་ཆེའི་འདུ་བྱེད་བཏང་  
བའི་དག་བཅོམ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་  
རྒྱས་ཏེ། དག་བཅོམ་པ་ཡིན་ན། སྦྱ་ཆེའི་འདུ་བྱེད་མ་བཏང་བའི་དག་བཅོམ་  
པ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གང་ཟག་ཡིན་ན་ཆེའི་འདུ་བྱེད་མ་བཏང་  
བའི་གང་ཟག་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གང་ཟག་ཡིན་ན། སྟོག་དང་  
ལྡན་པའི་གང་ཟག་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་དག་བཅོམ་པའི་ཐུགས་  
རྒྱུད་ལ་སྟག་བསྐྱེད་བདེན་པ་ཡོད་པས་འཁོར་བ་ཡོད་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་  
པར་ཐལ། དག་བཅོམ་པ་ཡིན་ན། འཁོར་བའི་རྩ་བར་གྱུར་པའི་བདག་འཛིན་  
ས་བོན་དང་བཅས་པ་སྤངས་པས་སྦྱར་འཁོར་བར་སྦྱེ་བ་མི་ལེན་པས་བྱབ་  
པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། བདག་ལྟའི་ས་བོན་སྤངས་པའི་  
ཕྱིར། །སྦྱར་མི་གཤེགས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གཞན་  
ཡང་། སྟག་བསྐྱེད་བདེན་པ་ཡིན་ན། འཁོར་བ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། དམ་

བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། མ་དག་པའི་སྣོད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་ཆོས་ཅན།  
 དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་ཕྱིར། བྱ་ལྟེ། ཀྱན་བརྟུས་  
 ལས། ལྷག་བསྐྱལ་གྱི་བདེན་པ་གང་ཞེ་ན། སེམས་ཅན་སྐྱེ་བ་དང་སྐྱེ་བའི་  
 གནས་ཀྱིས་ཀྱང་རིག་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། འཁོར་  
 བར་འཁོར་བའི་ཆོ། གང་འཁོར་བ་དང་། གང་གིས་འཁོར་བ་དང་། གང་དུ་  
 འཁོར་བ་སོགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་མེད་པར་ཐལ། གང་དུ་འཁོར་བའི་གནས་ཀྱང་  
 འཁོར་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཏྲགས་སོང་། དེར་ཐལ། མ་དག་པའི་སྣོད་ཀྱི་འཇིག་  
 རྟེན་འཁོར་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཏྲགས་སོང་། འདོད་ན། འཁོར་བ་པའི་སེམས་  
 ཅན་འཁོར་བར་འཁོར་བའི་ལས་བྱ་བྱེད་གཉིས་གཅིག་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ་  
 ལོ། །གཞན་ཡང་། འཁོར་བ་པའི་སེམས་ཅན་ཡང་འཁོར་བ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། འཁོར་བ་སྤྱོད་བའི་ཆེ་ཐོག་མ་ནས་  
 འཁོར་བ་པའི་སེམས་ཅན་ཡང་སྤྱོད་རིགས་པར་ཐལ། འཁོར་བའི་སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་འཁོར་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཏྲགས་སོང་། འདོད་མི་རུས་ཏེ།  
 འཁོར་བ་པའི་སེམས་ཅན་སྒྲོས་བཏང་ན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཅམ་ཡང་མི་སྐྱེ་  
 ན། སངས་རྒྱས་ཐོབ་པ་ལྟ་ཅི་སྒྲོས་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། ཤེང་གཙོང་པའི་  
 ཆོ། གང་གཙོང་བ་དང་། གང་གིས་གཙོང་བ་དང་། ཇི་ལྟར་གཙོང་པའི་ཚུལ་  
 གསུམ་མེད་པར་ཐལ། འཁོར་བར་འཁོར་བའི་གནས་སྐྱབས་སུ་གང་འཁོར་

བ་སོགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཞིང་གཙོད་པ་སོ་  
 དང་། བཅད་པ་གཉིས་ཀྱང་གཅིག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། འཁོར་  
 བའི་གནས་སུ་གནས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། འཁོར་བར་གནས་པའི་གང་  
 ཟག་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སྟོན་པ་  
 །ལྟ་ཕྱབ་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མ་དག་པའི་འཇིག་  
 ཉིན་འདིར་གནས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེར་སྟོང་རྗེ་དང་  
 སྟོན་ལམ་གྱི་དབང་གིས་གནས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 རྒྱུད་སྒྲ་མ་ལས། ཡོངས་སུ་མ་དག་ཞིང་རྣམས་སུ། །སྲིད་པ་རི་སྲིད་གནས་  
 པར་སྟོན། །ཞེས་དང་། རྣམ་འགྲེལ་ལས། ། འདོད་ཆགས་བྲལ་བས་གནས་པ་  
 བློ། །བཅེ་བའམ་ཡང་ན་ལས་ཀྱིས་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་  
 རུས་ཏེ། འཁོར་བའི་ཉེས་སྟོན་མཐའ་དག་སྤངས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། འདིར་བཞེད་པ་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་ཞིག་འདུག་ཀྱང་། རང་རེས་འཁོར་བ་  
 པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ལས་ཉོན་གྱི་དབང་གིས་ཡང་སྲིད་དུ་ཉིང་མཆམས་སྦྱར་བའི་  
 ཆའམ་བཅིངས་པའི་ཆ་བྱད་པར་བ་ཞིག་འཁོར་བར་འཇོག་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་  
 ལྟར་བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་ལས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ། རང་ལུགས་ལ་གཉིས། མཆན་ཉིད། དབྱེ་བ། འདོད་ཚུལ་  
 ཀྱི་བྱད་པར་རོ། །དང་པོ་ནི། ཉོན་སྤྱོད་མ་ལུས་པ་སྤངས་པའི་བྲལ་བ། བྱང་

འདས་ཀྱི་མཆན་ཉིད། དེ་ལ་སྐྱས་བརྗོད་རིགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་དབྱེ་ན། རང་  
 བཞིན་ཀྱི་སྤང་འདས། ལྷག་བཅས་སྤང་འདས། ལྷག་མེད་སྤང་འདས། མི་  
 གནས་པའི་སྤང་འདས་དང་བཞིའོ། །དང་པོ་ནི། གདོད་མ་ནས་དགག་བྱ་  
 བདེན་བྱུང་ལས་འདས་པའི་ཆོས་ཉིད། རང་བཞིན་ཀྱི་སྤང་འདས་ཀྱི་མཆན་  
 ཉིད། དེ་ཡང་། རང་བཞིན་ཀྱི་ཤེར་ཕྱིན། རང་བཞིན་ཀྱི་ཡུམ། དོན་དམ་བདེན་  
 པ་ནམས་དོན་གཅིག་ ཉོན་སྐྱབ་མ་ལུས་པར་སྤངས་ཤིང་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཀྱི་སྤང་  
 པོ་དང་བཅས་པའི་བྲལ་བ། ལྷག་བཅས་སྤང་འདས་ཀྱི་མཆན་ཉིད། མཆན་  
 གཞི་ནི། ཐུབ་པའི་དབང་པོའི་འཁོར་དུ་གྱུར་ནས་ཉར་ལེན་ཀྱི་སྤང་པོ་དེ་ཉིད་  
 མ་དོར་བར་བཞུགས་པའི་ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པའི་རྒྱད་ཀྱི་སྤང་འདས་ལྟ་  
 བུའོ། །ཉོན་སྐྱབ་མ་ལུས་པར་སྤངས་ཤིང་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཀྱི་སྤང་པོ་དང་བྲལ་  
 བའི་བྲལ་བ། ལྷག་མེད་སྤང་འདས་ཀྱི་མཆན་ཉིད། མཆན་གཞི། ལས་ཉོན་  
 ཀྱིས་འཕངས་པའི་སྐྱ་ཆེ་སྒྲ་མ་དོར་ཏེ། དག་པའི་ཞིང་དུ་བརྒྱའི་སྐབས་སུ་  
 འཁྱུངས་ནས་ཡིད་ལུས་ཀྱིས་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པའི་རྒྱད་ཀྱི་  
 སྤང་འདས་ལྟ་བུའོ། །སྐྱབ་གཉིས་མ་ལུས་པར་སྤངས་པའི་བྲལ་བ། མི་གནས་  
 པའི་སྤང་འདས་ཀྱི་མཆན་ཉིད། མཆན་གཞི། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱད་  
 ཀྱི་སྤང་འདས་ཐམས་ཅད་དོ། གཉིས་པ་འདོད་ཚུལ་ཀྱི་བྱད་པར་ཡོད་དེ། རང་  
 རྒྱད་པས་སྒྲར་ལྟར་འདོད་ལ། ཐལ་འབྱུར་བས་ལྷག་བཅས་ལྷག་མེད་ཀྱི་དོན།

ཉོན་ཐྱིབ་སྤངས་པ་གཞིར་བྱས་ཀྱི་སྟངས་ལ་བདེན་སྟངས་གི་ལྷག་མ་དང་  
བཅས་མ་བཅས་དང་། བྱང་འདས་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་དང་པོར་ལྷག་མེད་  
བྱང་འདས་མངོན་དུ་བྱེད་པར་བཞེད། བྱང་གི་རྗེས་འབྲང་གི་སེམས་ཅམ་  
པས་ལྷག་བཅས་ལྷག་མེད་ཀྱི་དོན། ཉོན་ཐྱིབ་སྤངས་པའི་སྟངས་ཉེར་ལེན་  
ཀྱི་ཕྱང་པོ་སྤངས་མ་སྤངས་ལ་བྱེད་ཀྱང་། དེས་ཐེག་དམན་ཀྱི་ལྷག་མེད་བྱང་  
འདས་ཀྱི་ཆེ་བམ་རིག་རྒྱུན་ཆད་པར་འདོད། ཉོན་ཐོས་སྡེ་གཉིས་ཀྱིས་ལྷག་  
བཅས་ལྷག་མེད་ཀྱི་དོན། ཉོན་ཐྱིབ་མ་ལུས་པར་སྤངས་པའི་སྟངས་སྐྱ་  
ཆེའི་འདུ་བྱེད་ལ་གནས་མི་གནས་ཀྱི་སྟོན་ས་འཛོག་པ་ཡིན་ཏེ། སྐྱ་ཆེ་འདུ་  
བྱེད་ལ་གནས་བཞིན་པའི་དགྲ་བཅོམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་བྱང་འདས་དེ་ལྷག་  
བཅས་བྱང་འདས་དང་། སྐྱ་ཆེ་དེ་དོར་ནས་རིག་པ་བྱི་མ་ཉིང་མཆམས་མི་  
སྦྱོར་བའི་བྱང་འདས་དེ་ལྷག་མེད་བྱང་འདས་སུ་འཛོག་པའི་བྱིར། དགྲ་  
བཅོམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་བྱང་འདས་ཐམས་ཅད་ལྷག་བཅས་བྱང་འདས་སུ་འཛོག་  
པ་ཡིན་ཏེ། སྟོན་པ་ཤུག་ཐུབ་པ་བྱང་ན་ལས་མ་འདས་བར་དུ་ལྷག་བཅས་  
བྱང་འདས་པ་དང་། སྐྱ་ཆེ་འདུ་བྱེད་བཏང་བ་ན་ལྷག་མེད་བྱང་འདས་མངོན་  
དུ་བྱེད་ཅིང་ལྷག་མེད་བྱང་འདས་ཀྱི་ཆེ་བམ་རིག་མེད་པར་འདོད་པའི་བྱིར།  
དེ་ཡང་ཡིན་ཏེ། མདོ་ལས། མར་མེ་ཤི་བར་གྱུར་པ་བཞིན། །ཞེས་སོགས་  
དང་། གསེར་བྲང་ལས། སྡེ་པ་གཉིས་ཀས་དགྲ་བཅོམ་པ་ཆེའི་འདུ་བྱེད་



བཏང་ནས་རིག་པ་ཕྱི་མ་མཆམས་མི་སྒྲོར་བར་ཞི་བའི་དབྱིངས་འབའ་ཞིག་  
པར་འདོད་དོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

དབུ་མ་པས་དེ་ལྟར་མི་བཞེད་དེ། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ལྟ་བུ་གསེར་  
འོད་ནས་བཤད་པ་ལྟར་དགོངས་པ་རྣམ་པ་བཙུ་སོགས་ལ་དགོངས་ནས་བྱ་  
ངན་ལས་འདའ་བའི་ཚུལ་བསྟན་པ་ཅམ་མ་གཏོགས་བྱ་ངན་ལས་འདའ་བ་  
དངོས་གནས་པ་མ་ཡིན་པར་བཞེད་པའི་ཕྱིར། དེ་ལ་ལུང་རིགས་གཉིས་  
ཀྱིས་སྐབ་པར་མཛད་དེ། དང་པོ་ནི། གསེར་འོད་ལས། གལ་ཏེ་ལ་ལས་ནམ་  
མཁའ་ལ། །སྒྲ་འགའ་ཞིག་གིས་དཔག་འདོད་ཀྱང་། །འཁྲ་བྱབ་པའི་སྐྱ་ཆེའི་  
ཆད། །སྐྱས་ཀྱང་བགྱང་བར་མི་རུས་སོ། །ཞེས་སོགས་ལུང་མང་པོ་དང་།  
ཐེག་དམན་གྱི་མདོ་ལས་ཀྱང་། ཀུན་དགའ་པོ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་རྩ་  
འབྲུལ་གྱི་རྒྱུ་པ་བཞི་ལ་བརྟེན་ཅིང་གོམས་པ་ལན་མང་དུ་མཛད་པས་དེ་  
བཞེད་ན་བསྐྱལ་པའམ་བསྐྱལ་པ་ལས་ལྷག་པར་བཞུགས་སོ། །ཞེས་པའི་  
ཆོག་བྱུང་གིས་ཀྱང་བསྟན་པའི་ཕྱིར། རིགས་པས་འགྲུབ་ཚུལ་ནི། སྒྲོབ་  
དཔོན་གྱིས་རྒྱན་སྒྲུང་ལས་བྱད་ཤིང་དང་མེའི་དཔེ་ལ་བརྟེན་ནས་གསུངས་  
མོད། འོན་ཀྱང་གོ་བདེ་བར་བརྗོད་ན། གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་གྱི་ལྟ་  
འགའ་ཞིག་ཀྱང་བསྐྱལ་བ་ཆེན་པོ་དག་ཏུ་གནས་རུས་ན། དེ་བཞིན་གཤེགས་  
པས་ནི། ཕྱི་རོལ་གྱི་གཞོན་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས་ཤིང་། ཆེའི་འདུ་བྱེད་ལ་

དབང་ཐོབ་པ་དང་། ཚོགས་ཀྱན་དང་བྱུང་པར་དུ་ཆེ་རིང་བའི་རྒྱ་སློབ་གཙོད་  
པ་སྤངས་པས། སྐྱེ་ཆེ་གནས་པའི་རྒྱ་ཚོགས་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པ་  
ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་བྱིར་ན། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྐྱེ་ཆེའི་མཐའ་མི་  
སྤྲོད་དེ། ནམ་མཁའི་མཐའ་མི་སྤྲོད་པ་བཞིན་ནོ། གལ་ཏེ་དེ་བཞིན་གཤེགས་  
པས་སྐྱེ་ཆེ་གནས་པའི་རྒྱས་པ་ཡོངས་སུ་མ་རྫོགས་ན། བསྐྱལ་པ་བྱངས་  
མེད་པ་ནམས་སུ་འབད་པ་དོན་མེད་པར་འགྱུར་བར་ཤེས་པར་བྱའོ།

གསུམ་པ་ཚེད་པ་སྤྲོད་བ་ལ། ཁ་ཅིག་རང་བཞིན་གྱི་ཕྱང་འདས་ཡིན་  
ན། སྤྲོད་ཉིད་ཡིན་མི་དགོས་པར་ཐལ། ཚོས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་གཏོད་མ་ནས་  
བདེན་བྱལ་གྱི་སྤྲོས་པ་ལས་འདས་པའི་བྱིར་བེར་ན། མ་ཁྲབ། འདོད་མི་རྒྱས་  
སོ་བེར་ན། སངས་རྒྱས་ཡིན་ན། ཕྱང་འདས་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། ཉོན་  
མོངས་པ་དང་དེའི་དབང་གིས་བྱང་བའི་སྐྱེ་ཁྱེན་འཆི་སོགས་ལ་ཕྱང་ན་ཞེས་  
བྱ་ཞིང་། སངས་རྒྱས་ཡིན་ན་དེ་ལས་འདས་པས་བྱལ་བའི་བྱིར། བྱལ་སྟེ།  
ཁྱོད་ལྟར་ན་ཚོས་དེ་ལ་དེའི་སྐྱབ་ལྟར་ཡོད་ན་ཚོས་དེ་ཡིན་དགོས་པར་  
འགྱུར་བའི་བྱིར། འདོད་ན། ནམ་མཁའི་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར།  
འདོད་ན། འདུས་མ་བྱས་སུ་ཐལ་ལོ། །ཁ་ཅིག་བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་ཕྱང་  
འདས་ཡིན་ན་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཕྱང་འདས་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་  
ཕྱང་འདས་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཕྱང་འདས་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར་

ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྤང་འདས་ཡིན་ན། མི་  
གནས་པའི་སྤང་འདས་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་སྟོན་པའི་འཁོར་དུ་  
གྱུར་པའི་ལྷག་མེད་སྤང་འདས་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་མེད་པར་ཐལ། སྟོན་  
པའི་འཁོར་གྱི་གཙོ་བོ་འཕགས་པ་ཤུ་རིའི་བྱ་ཡང་ལྷག་བཅས་སྤང་འདས་པ་  
ཡིན་པའི་བྱིར་ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། འཕགས་པ་ཤུ་རིའི་བྱ་  
བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔར་བཤད་པར་སྤང་ཡང་། འཕགས་པ་ཤུ་རིའི་བྱ་ལྷག་  
བཅས་སྤང་འདས་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཐུན་  
མོང་བའི་སྐབས་འདིར་དེ་ཉན་ཐོས་སུ་ཁས་ལེན་དགོས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ།  
དེ་མི་ལེན་ན་སྟོན་པའི་འཁོར་གང་ཉན་ཐོས་དངོས་ཡིན། གང་སྒྲུལ་པའི་ཉན་  
ཐོས་ཡིན་ཞེས་མཆམས་བྱེད་མི་རྒྱས་པས་ཐམས་ཅད་ཉན་ཐོས་མ་ཡིན་པར་  
འགྱུར་བའི་བྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། སྟོན་པའི་འཁོར་དུ་གྱུར་པའི་ཡིད་ལུས་  
གྲུབ་པའི་ཉན་ཐོས་ཡོད་པའི་བྱིར།

ཁ་ཅིག་སྤང་འདས་ཡིན་ན། འགོག་བདེན་ཡིན་པས་མ་ཁྲབ་པར་ཐལ།  
གཟུགས་སྐྱ་གཉིས་པོ་སྤང་འདས་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ལྷག་བཅས་  
སྤང་འདས་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། སྤང་པོར་བཅས་པའི་སྤང་ན་  
འདས། །ཐུབ་སྐྱ་གཉིས་ལ་བརྗོད་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། ཟེར་ན།  
མ་ཁྲབ། ཁ་ཅིག་བྱིད་ཀྱིས་སྤང་འདས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་འཛོག་ཚུལ་སོགས་མི་

འཐད་པར་ཐལ། མཁས་གྲུབ་ཀྱིས་དེ་དག་གི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་བྱར་དུ་སོ་སོར་  
བརྟགས་འགོག་ཅེས་སྒྲུབ། ཁྱོད་ཀྱིས་བྲལ་བ་ཞེས་སྒྲས་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། མ་  
ཁྱབ་སྟེ། འཛོག་ཚུལ་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་དེ་ལྟར་ཡོད་པར་བརྟན་པའི་ཆེད་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་འཁོར་བ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འཁོར་  
བ་ཡིན་ན། དེ་སྤང་བྱ་ཡིན་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འཁོར་བ་ཡིན་ན།  
དེ་སྤང་བྱ་ཡིན་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྱབ་སྟེ། སྤང་བའི་ཐམས་ཅད་  
འཁོར་བ་ཡིན་ན། འཁོར་བའི་གཙོ་བོ་ཡིན་དགོས་པས། སྤང་བྱ་ཡིན་དགོས་  
ལ། ཕྱི་མ་དལ་འབྱོར་གྱི་ཆོས་བཙུན་དང་ལྟན་པའི་མིར་ཉིང་མཆམས་  
སྒྲུབ་པའི་ཆར་གྱུར་པའི་འཁོར་བ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་དེ་སྤང་མི་དགོས་པ་བྱེ་  
བྲག་པའམ་དམིགས་བསལ་ལྟ་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

### ཆོས་འཁོར།

༥ གང་དང་ཡང་དག་ལྟན་པས་ཐུབ་རྣམས་རྣམ་པ་ཀྱན་ལྟན་སྤྲོ་ཆོགས་  
འདི་གསུངས་པ། ཞེས་པ་དང་། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་བ་མེད་པར་ཐུགས་སུ་  
ཚུད་པ་གང་དང་ལྟན་ན། ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གཉིས།  
ཆོས་འཁོར་གྱི་རྣམ་གཞག་སྒྱིར་བརྟན་པ་དང་། ལུང་གི་ཆོས་འཁོར་བྱང་  
ངེས་འགྲེལ་ཚུལ་བྱེ་བྲག་ཏུ་བསྒྲས་ནས་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་ལས།  
དང་པོ་ལ། མཁས་པའི་དབང་པོ་འགའ་ཞིག་ཙམ་མ་ཡིན་པར་མང་པོས་ཆོས་

འཁོར་ཡིན་ན། རྣམ་དཀར་གྱི་ཡོན་ཏན་ཡིན་དགོས་པ་དང་། ལུང་གི་ཆོས་  
འཁོར་ལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་སྲུང་པ་དང་། རྟོགས་པའི་ཆོས་འཁོར་ལ།  
ལམ་གྱིས་སྲུང་བས་དེས་ན། བཀའ་དང་མངོན་རྟོགས་གང་རུང་གིས་བསྐྱུས་  
པའི་རྣམ་དཀར་གྱི་ཡོན་ཏན། ཆོས་འཁོར་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་གསུང་། འདི་  
དག་ལ། མཁས་གྲུབ་བསྟན་དར་བས། འགོག་བདེན་ཆོས་ཅན། རྣམ་དཀར་  
གྱི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པར་ཐལ། ཆོས་འཁོར་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྟོགས་  
པའི་ཆོས་འཁོར་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། འདུས་བྱས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་  
པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། འདུས་མ་བྱས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འགོག་  
བདེན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། འགྲེལ་བ་དོན་གསལ་ཆོས་ཅན། སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ཡིན་པར་ཐལ། ལུང་གི་ཆོས་འཁོར་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
ལུང་གི་བསྟན་པས་བསྐྱུས་པའི་དམ་ཆོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བཀའི་  
དགོངས་འགྲེལ་དུ་གྱུར་པའི་བསྟན་བཅོས་རྣམ་དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་  
རུས་སོ། །

ཡང་དེ་ཆོས་ཅན། བཀའ་དང་མངོན་རྟོགས་གང་རུང་གིས་བསྐྱུས་  
པར་ཐལ། ཆོས་འཁོར་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། བཀའ་གྲང་མ་  
བསྐྱུས། མངོན་རྟོགས་ཀྱིས་གྲང་མ་བསྐྱུས་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། འགོག་  
བདེན་ཆོས་ཅན། དེ་གང་རུང་གིས་བསྐྱུས་པར་ཐལ། ཆོས་འཁོར་ཡིན་པའི་



ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྟོགས་པའི་ཆོས་འཁོར་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སངས་  
རྒྱུ་གི་རྟོགས་པའི་བསྟན་པས་བསྐྱུས་པའི་དམ་ཆོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་  
མི་རྒྱས་སོ། ། ཞེས་གསུངས་པས་རེ་ཞིག་འདིའི་རྗེས་སུ་འབྲང་བར་བྱ་སྟེ།  
ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བ་པོའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། སངས་རྒྱུ་ཡིན་དགོས་པར་  
ཐལ། ལྷང་གི་ཆོས་འཁོར་ལ་སངས་རྒྱུ་གི་བཀའ་བྲལ་པའི་ཕྱིར། འདོད་  
ན། ས་བརྩ་པའི་རྗེས་ཐོབ་ལ་གནས་པའི་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བ་པོའི་བྱང་  
སེམས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ས་བརྩ་པའི་ཡེ་ཤེས་འཆད་  
པའི་མདོ་ལས། བདག་ཀྱང་ཆོས་ཀྱི་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་རོ། །

གཞན་ཡང་ཆོས་ཀྱི་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བ་ལ་ཡང་དག་པར་བསྐྱུལ་  
སོ། ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། ཀྱན་ཤེས་ཀྱི་རྩེ་ཆོས་ཅན།  
དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བསྐྱུ་བ་ལས། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་དང་  
པོར་ཀྱན་ཤེས་ཀྱི་རྩེ་ཆུང་ལ་ཀྱན་ཤེས་པའི་ཆོས་ཉིད་དང་མཐུན་པར་  
རབ་ཏུ་བསྐྱོར་ལ། དེས་ཀྱང་གཞན་དག་ལ་མཐུན་པར་བསྐྱོར་བ་དང་། ཞེས་  
གསུངས་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་སོ། ། ཁ་ཅིག་ ལྷང་རྟོགས་གང་རུང་གིས་  
བསྐྱུས་པའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་ན། ཆོས་འཁོར་ཡིན་པས་བྲལ་བར་ན། ཕྱི་རོལ་  
པས་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་སྟོན་པའི་དེའི་བསྟན་

བཙེས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ལུང་གིས་བསྐྱུས་པའི་  
 ཡོན་ཏན་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་སྟོན་པའི་  
 ལུང་གི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེས་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་  
 གཞི་སྟོན་པ་གང་ཞིག ལུང་གི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པའི་བྱིར། དང་པོ་མ་གྲུབ་ན།  
 དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་  
 ཐལ། བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ཐོབ་པའི་བྱི་རོལ་པ་ཡོད་པ་གཞུང་ཆད་  
 ལྡན་དུ་མ་ལས་བཤད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། བད་པའི་ལུང་རྟོགས་  
 གང་རུང་གིས་མ་བསྐྱུས་པའི་བྱིར། གཞན་ཡང་། བྱི་རོལ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཞི་  
 གནས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། རྟོགས་པས་བསྐྱུས་པའི་  
 ཡོན་ཏན་ཡིན་པའི་བྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཡོན་ཏན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། མ་གྲུབ་  
 པ་དེའི་བྱིར། འདོད་ན། དེའི་རྒྱུད་ལ་ཡོན་ཏན་གང་ཡང་མེད་པར་ཐལ། འདོད་  
 པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེའི་རྒྱུད་ལ་དགོན་མཆོག་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་  
 བའི་སྐྱབས་འགོ་མེད་པའི་སྟོན་མ་གཏོགས། རིག་གནས་ཐུན་མོང་བ་ཤེས་  
 པའི་ཡོན་ཏན་དང་། བན་པའི་སེམས་དང་། མངོན་ཤེས་སོགས་ཀྱང་ཡོད་  
 པར་བཤད་པས། བྱི་རོལ་པ་ཞེས་པའི་མིང་ཙམ་ལ་སྤང་བར་མི་རིགས་པའི་  
 བྱིར། ཁ་ཅིག སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་པའི་ལུང་གི་དམ་ཆོས། ལུང་གི་  
 ཆོས་འཁོར་གྱི་མཆན་ཉིད། རང་གི་མི་མཐུན་སྟོགས་འཛོམས་བྱེད་ཀྱི་ཡོན་

ཏན། རྟོགས་པའི་ཆོས་འཁོར་གྱི་མཆན་ཉིད་ཟེར་ན། མཁས་གྲུབ་ལྟར་ན།  
 འགྲེལ་པ་དོན་གསལ་ཆོས་ཅན། མཆན་ཉིད་དང་པོ་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དང་  
 པོ་དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། རྟོན་པས་གསུངས་པའི་ལུང་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་  
 པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། རྟོན་པའི་གསུང་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། གསུང་  
 འགའ་ཞིག་ལྟར་ན་དེ་རྟོན་པས་གསུངས་པའི་ལུང་གི་དམ་ཆོས་ཡིན་པར་  
 ཐལ། ལུང་དེ་རྟོན་པས་གསུངས་པའི་ལུང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དམ་  
 ཆོས་དེ་རྟོན་པས་གསུངས་པའི་དམ་ཆོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་  
 དེ་རྟོན་པས་གསུངས་པའི་ཆོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཟེར། གཉིས་པ་ལ་རྣམ་མཁྱེན་  
 ཆོས་ཅན། རང་གི་མི་མཐུན་སྤྱོད་པས་འཛོམས་བྱེད་ཡིན་པར་ཐལ། རྟོགས་  
 པའི་ཆོས་འཁོར་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན།  
 རྣམ་མཁྱེན་གྱི་མི་མཐུན་སྤྱོད་པས་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་  
 རུས་ཏེ། མི་མཐུན་སྤྱོད་པས་མཐའ་དག་སྤངས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ་བཞི། མཆན་ཉིད། དབྱེ་བ། འདོད་ཚུལ།  
 ཆོས་ལུང་གི་ཆད་དོ། །དང་པོ་ནི། སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་པས་བསྟུས་པའི་  
 དམ་ཆོས། ཆོས་འཁོར་གྱི་མཆན་ཉིད། ཡང་ན་མང་པོའི་བཞེད་པ་ལྟར།  
 བཀའ་དང་མདོར་རྟོགས་གང་རུང་གིས་བསྟུས་པའི་རྣམ་དཀར་གྱི་ཡོན་ཏན།  
 ཆོས་འཁོར་གྱི་མཆན་ཉིད། འདི་ལྟར་ན། འགོག་བདེན་དང་། ལམ་མ་

ཞུགས་ཀྱི་ལྷག་པའི་བསྐྱབ་གསུམ་ཆོས་འཁོར་དུ་མི་འདོད་དོ། སངས་རྒྱས་  
 ཀྱི་ལུང་གི་བསྟན་པས་བསྐྱས་པའི་དམ་ཆོས། ལུང་གི་ཆོས་འཁོར་གྱི་མཆན་  
 ཉིད། སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྟོགས་པའི་བསྟན་པས་བསྐྱས་པའི་དམ་ཆོས། རྟོགས་  
 པའི་ཆོས་འཁོར་གྱི་མཆན་ཉིད། ཡང་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་བསྐྱས་པའི་  
 དམ་ཆོས། ལུང་གི་ཆོས་འཁོར་གྱི་མཆན་ཉིད་དང་། ལམ་གྱི་བསྐྱས་པའི་  
 དམ་ཆོས། རྟོགས་པའི་ཆོས་འཁོར་གྱི་མཆན་ཉིད། གཉིས་པ་དབྱེ་བ་ནི།  
 རྟོགས་པའི་ཆོས་ཁོར་ལ། ཐེག་པ་གསུམ་རང་རང་གི་ཆོགས་ལམ་སོགས་  
 ལམ་ལྔ་གསུམ་བཅོ་ལྔ་ཡོད། མཁས་གྲུབ་ལྟར་ན་འགོག་བདེན་དང་བཅས་པ་  
 དང་། ལམ་མ་ཞུགས་ན་ཡང་རྟོགས་པའི་ཆོས་འཁོར་ཡོད་པར་བཞེད་དོ།  
 འོན་ཀྱང་འགོག་བདེན་ཆོས་འཁོར་དང་ལམ་མ་ཞུགས་ན་རྟོགས་པའི་ཆོས་  
 འཁོར་ཡོད་པར་བཞེད་མཁན་ཉུང་བར་སྤང་དོ། །

ལུང་གི་ཆོས་འཁོར་ལ། བཀའ་དང་། མཁས་གྲུབ་ལྟར་ན། དེར་བཞད་  
 པའི་བསྟན་བཅོས་གཉིས། བཀའ་ལ་རྒྱས་པར་བྱེན་སྒྲུབ་ལྟར་ཆོས་ལུང་  
 བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་། བསྐྱ་ན། ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས། དེ་ལས་བསྐྱ་ན་ཡན་  
 ལག་དགུ དེ་ལས་བསྐྱ་ན་སྡེ་སྟོད་གསུམ། དེ་ལས་བསྐྱ་ན་བྲང་ངེས་ཀྱི་མདོ་  
 གཉིས་སམ། ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གི་སྡེ་སྟོད་གཉིས་སུ་འདུའོ། གསུམ་པ་འདོད་  
 ཚུལ་ལ། ཐེག་ཆེན་པས་སྒྲུབ་བཞད་པ་ལྟར་འདོད་ལ། གྲེ་བཀ་སྒྲུབ་ས། ལུང་

གི་ཆོས་འཁོར་ལ་བདེན་བཞིན་ཆོས་འཁོར་དང་། རྟོགས་པའི་ཆོས་འཁོར་  
ལ་མཐོང་ལམ་གྱིས་བྱུང་པར་འདོད་དེ། རྟོན་པས་བདེན་བཞིན་ཆོས་འཁོར་  
ལ་ལན་གསུམ་དུ་བཞུས་ཏེ་རྣམ་པ་བརྟུ་གཉིས་སུ་བསྐྱོར་བའི་ཆེ་ལྷ་ལྷེའི་  
རྒྱུད་ལ་མཐོང་ལམ་སྤྱེས། དེའི་དུས་སུ་ལྟ་རྣམས་ཀྱི་ཨ་ལ་ལ་འཇམ་བུའི་སྤྱིང་  
དུ་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་རོ་ཞེས་སྒྲ་བསྒྲགས་ཀྱི་གཞན་ལ་དེ་ལྷ་བུའི་བྱང་  
ཆོས་མེད་པའི་ཕྱིར། ལན་གསུམ་དུ་བཞུས་ཏེ་རྣམ་པ་བརྟུ་གཉིས་སུ་བསྐྱོར་  
ཚུལ་ཡོད་དེ། བདེན་བཞི་སོ་སོ་ལ་རོ་བོ་དང་། བྱེད་པ་དང་། བྱ་བའི་འབྲས་  
བུ་གསུམ་གསུམ་བཞུས་ཏེ་བཞི་གསུམ་བརྟུ་གཉིས་སུ་བསྐྱོར་བའི་ཕྱིར།  
བཞི་པ་ཆོས་ལྷུང་གི་ཆད་བཤལ་དུ་པ་ལ། བྱུང་མཐའ་ཐུན་མོང་བའི་ཆོས་ལྷུང་  
གི་ཆད་མི་འདྲ་བ་ཡོད་ཀྱང་། ཐེག་ཆེན་ཐུན་མོང་བ་མ་ཡིན་པའི་སྐབས་  
འདིར། ལྷུང་པོ་ཆེ་ས་ལ་རབ་བརྟན་གྱིས་ཅི་ཅམ་འཁྱར་རུས་པའི་སྤྲལ་ཆས་  
ཆོས་ལྷུང་གཅིག་འབྲི་རུས་པར་བཤལ་བས། དེ་ལྟར་འབྲི་རུས་པའི་གསུང་  
རབ་རེ་ལ་ཆོས་ལྷུང་རེའི་ཆད་དུ་འཇོག་གོ

གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྤོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་འགོག་བདེན་ཆོས་ཅན། འཁོར་  
ལོས་སྤྱར་བའི་རྒྱལ་པོའི་འཁོར་ལོ་རིན་པོ་ཆེ་དང་ཆོས་མཚུངས་པར་ཐལ།  
ཆོས་འཁོར་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། རེ་ཞིག་མ་བྱུང་། འདོད་མི་རུས་ཏེ། འདུས་  
མ་བྱས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།



ཡང་ཁ་ཅིག་འགོག་བདེན་ཆོས་ཅན། རྟོགས་པའི་ཆོས་འཁོར་མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། རྟོགས་པའི་ཡོན་ཏན་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། སྤངས་པའི་  
 ཡོན་ཏན་ཡིན་པའི་བྱིར། བྱབ་སྟེ། སྤངས་རྟོགས་གཉིས་འགལ་བའི་བྱིར།  
 མཁས་གྲུབ་ཀྱིས་མ་བྱབ་གསུང་། ཁོ་ན་རེ། མཁས་གྲུབ་ཀྱིས་འགོག་བདེན་  
 རྟོགས་པའི་ཆོས་འཁོར་དུ་བཞེད་པ་དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། མཛོད་འགྲེལ་  
 སོགས་ནས་ལམ་མ་གཏོགས་འགོག་བདེན་རྟོགས་པའི་ཆོས་འཁོར་དུ་  
 བཞད་པའི་ཆོག་གསལ་བར་མི་སྤང་བའི་བྱིར་ཟེར་ན། མ་བྱབ་སྟེ། དེས་  
 འགོག་བདེན་རྟོགས་པའི་ཆོས་འཁོར་ཡིན་ཏེ། དེ་རྟོགས་པའི་ཆོས་དགོན་  
 མཆོག་ཡིན་ལ། དེ་ལྟ་ན། དེ་རྟོགས་པའི་བསྟན་པས་བསྐྱུས་པའི་དམ་ཆོས་  
 ཡིན་པས་ཆོས་འཁོར་དུ་འགྱུར་དགོས་པ་དང་། སྤངས་རྟོགས་གཉིས་སུ་བྱེ་  
 བའི་རྟོགས་པའི་ཡོན་ཏན་མ་ཡིན་ཀྱང་། ལུང་རྟོགས་གཉིས་སུ་བྱེ་བའི་རྟོགས་  
 པའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་དགོས་ལ། དེ་ཡིན་ན་རྟོགས་པའི་ཆོས་འཁོར་ལས་འོས་  
 མེད་པའི་བྱིར་སྟོམ་དུ་དགོངས་པའི་བྱིར། གཞན་ཡང་། དེས་འགོག་བདེན་  
 དང་ལམ་མ་ཞུགས་ཀྱི་བསྐྱབ་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་བྱད་པར་ཅན་རྣམས་ཆོས་  
 འཁོར་ཡིན་ཏེ། སངས་རྒྱལ་གྱིས་ལུང་གི་ཆོས་འཁོར་གསུངས་པ་ནི། རྟོགས་  
 པའི་ཡོན་ཏན་སྟེ་དང་བྱད་པར་དུ་བསྐྱབ་གསུམ་གྱིས་ཐར་བ་སྐྱབ་པའི་ཆེད་  
 ཡིན་པས་བཛོད་བྱ་དོན་གྱི་ཆོས་འཁོར་ཡིན་པར་ངེས་སྟོམ་དུ་དགོངས་པའི་

ཕྱིར། དེ་བཞིན་དུ་འགྲེལ་བ་དོན་གསལ་ལྟ་བུ་ཡང་། ལུང་གི་ཆོས་འཁོར་  
ཡིན་ཏེ། རྟོགས་པའི་ཆོས་འཁོར་མངོན་རྟོགས་བརྒྱད་གཙོ་བོར་སྟོན་པའི་  
རྫོད་བྱེད་ལུང་གི་དམ་ཆོས་ཡིན་པར་ངེས་པའི་སྐབས་བྱེད་ལ་ཐུགས་གཏད་  
པར་མངོན་ནོ།།

ཁ་ཅིག་རྣམ་མཁྱེན་ཆོས་ཅན། གདུལ་བྱའི་རྒྱད་ལ་རིམ་གྱིས་འཕོ་  
བར་ཐལ། གདུལ་བྱའི་རྒྱད་ལ་རིམ་གྱིས་འཇུག་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་མ་ཁྲབ་  
གསུང་། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། གདུལ་བྱའི་རྒྱད་ལ་རིམ་གྱིས་སྒྲེ་བའི་ཕྱིར།  
འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཆོམས་ལས། ཉིད་ཀྱི་རྟོགས་པ་གཞན་ལ་སྟོ་མི་རུས། ཞེས་  
གསུངས་པའི་ཕྱིར་བེད། མཁས་པ་ཁ་ཅིག་སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱད་  
ཀྱི་ལུང་ཡིན་ན། སྒྲིབ་པ་སྤངས་པ་དང་། ཆོས་འཁོར་ཡིན་པས་ཁྲབ་པར་  
འདོད་བཞིན་དུ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱད་ལ་ཕྱི་ནང་གི་བསྟན་བཅོས་  
ཡོད་པར་བཞེད་པ་དང་། ཕྱི་རོལ་པའི་བསྟན་བཅོས་ཡིན་ན། དག་རྣམ་དག་  
མ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པར་འདོད་པ་དང་། སངས་རྒྱས་འཕགས་པས་སྤང་དོར་  
ཐམས་ཅད་བསྟན་ཀྱང་། མི་དགེ་བ་བཅུའི་ནང་ནས་བརྟུན་མ་བསྟན་བེད་བ་  
སོགས་ནི། འགལ་མི་འགལ་ཞེས་པར་དབྱེད་དགོས་པར་སྤང་ཡང་། ཆོག་  
མང་བར་དོགས་ནས་མ་བྲིས་སོ།།

## བྱང་ཆུང་།

༥ གཉིས་པ་ལྷུང་གི་ཆོས་འཁོར་བྱང་ཆུང་འགྲེལ་ཚུལ་མདོར་བསྡུས་  
 རྣམ་བཤམ་པ་ལ་གཉིས། སེམས་ཅམ་པའི་ལྷགས་བཤམ་པ་དང་། དབུ་མ་  
 པའི་ལྷགས་བཤམ་པའོ། དང་པོ་ལ་དགག་གཞག་སྤང་གསུམ་ལས། དང་པོ་  
 ལ་ཁ་ཅིག་ ལྷོན་པས་འཁོར་ལོ་གསུམ་པོ་དེ་ཅིག་ཅར་དུ་བསྐྱོར་བ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་ཟེར་ན། འོན། ལྷོན་པས་མཛད་པ་བཅུ་གཉིས་པོ་དེ་ཅིག་ཅར་དུ་བསྐྱོར་  
 པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེས་བྲིམ་པའི་ཚུལ་དང་  
 རབ་བྱུང་གི་ཚུལ་ཅིག་ཅར་མཛད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། བྲིམ་  
 ར་གནས་པའི་ཆེ་རབ་བྱུང་གི་མཛད་པ་མཛད་ཟིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་  
 ཕྱིར། གཞན་ཡང་། དེས་སྐྱབས་ལུ་མ་ཐག་ཏུ་བྱུང་ན་ལས་འདའ་བའི་ཚུལ་  
 བསྐྱོར་པར་ཐལ་ལོ། གཞན་ཡང་། དེས་འཁོར་ལོ་གསུམ་པོ་ཅིག་ཅར་དུ་མ་  
 བསྐྱོར་པར་ཐལ། ལྷོན་པས་དགོངས་འགྲེལ་རྣམ་གསུངས་པའི་འཁོར་ལོ་  
 གསུམ་པོ་ཅིག་ཅར་དུ་མ་བསྐྱོར་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དང་པོར་དགོངས་  
 འགྲེལ་རྣམ་བཤམ་པའི་ཆོས་འཁོར་དང་པོ་བསྐྱོར། དེ་རྣམ་དེར་བཤམ་པའི་  
 འཁོར་ལོ་བར་པ་བསྐྱོར་བ་སོགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། ལྷོན་པས་  
 འཁོར་ལོ་བར་པ་ཐམས་ཅད་ཅིག་ཅར་དུ་བསྐྱོར་བར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་  
 པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ལྷོན་པས་ཡུམ་རྒྱས་པ་དང་སྤྱད་པ་ཅིག་ཅར་དུ་གསུངས་

པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དང་པོར་ཡུམ་རྒྱས་པ་  
གསུངས་ཟིན་ནས་དེ་རྗེས་སྤྱད་པ་གསུངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
སྤྱད་པ་ལས། དེ་ནས་ཡང་བཙམ་ལྟན་འདས་ཀྱིས་འཁོར་བཞི་པོ་དེ་དག་ཡང་  
དག་པར་རབ་ཏུ་དགའ་བར་མཛད་པའི་ཕྱིར། ཡང་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་  
ཕྱིན་པ་འདི་སྟོན་ཅིང་། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སྟོན་པས་དུས་དང་  
པོར་གསུངས་པའི་མདོ་ཡིན་ན། འཁོར་ལོ་དང་པོ་ཡིན་པས་བྲག་ དུས་བར་  
པར་གསུངས་པའི་མདོ་ཡིན་ན། འཁོར་ལོ་བར་པ་ཡིན་པས་བྲག་ དུས་ཐ་  
མར་གསུངས་པའི་མདོ་ཡིན་ན། འཁོར་ལོ་ཐ་མ་ཡིན་པས་བྲག་ཟེར་ན། སྟོན་  
པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཚུལ་བསྟན་ནས་རིང་པོ་མ་ལོན་པར་གསུངས་པའི་བྲག་  
ཞི་སྟོས་བྲལ་འོད་གསལ་འདུས་མ་བྲས། བདུད་ཅི་ལྟ་བུའི་ཆོས་ཤིག་ཁོ་  
བོས་ལྟོད། ཅེས་སོགས་ཀྱི་མདོ་ཆོས་ཅན། འཁོར་ལོ་དང་པོ་ཡིན་པར་ཐལ།  
དུས་དང་པོར་གསུངས་པའི་མདོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་འདྲ་བའི་མདོ་  
དེ་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཚུལ་བསྟན་ནས་རེ་ཞིག་འཁོར་ལོ་གསུམ་པོ་མི་  
བསྐྱོར་བའི་ཚུལ་བསྟན་པའི་ཆེ་གསུངས་པའི་མདོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་  
རུས་ཏེ། ཐེག་ཆེན་ཀྱི་མདོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཞན་ཡང་། དུས་བར་པར་གསུངས་པའི་ཐེག་དམན་ཀྱི་མདོ་ཆོས་  
ཅན། འཁོར་ལོ་བར་པ་ཡིན་པར་ཐལ། དུས་བར་པར་གསུངས་པའི་མདོ་ཡིན་

པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། དུས་བར་པར་འཁོར་ལོ་བར་པ་གསུངས་པའི་ཆེ་སྟོན་པའི་  
 འཁོར་དུ་ཐེག་དམན་པ་ཡོད་པ་གང་ཞིག། དེ་ཡོད་ན་དེའི་དོན་དུ་འགྱུར་  
 དགོས་ཀྱི་ཆོས་མ་གསུངས་པ་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། འཁོར་  
 ལོ་བར་པ་གསུངས་པའི་ཆེ་སྟོན་པའི་འཁོར་དུ་ཤུ་རིའི་བྱ་རབ་འབྱོར་ཀྱན་  
 འགའ་པོ་སོགས་ཡོད་པར་མདོ་ལས་གསལ་བར་བཤད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་  
 རུས་ཏེ། ཐེག་དམན་གྱི་མདོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། དུས་ཐ་མར་ཀྱན་  
 དུ་རྒྱ་རབ་བཟང་ལ་བདེན་བཞི་སྟོན་པའི་མདོ་ཆོས་ཅན། འཁོར་ལོ་ཐ་མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། དུས་ཐ་མར་གསུངས་པའི་མདོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཐུབ་  
 དོན་གྱི་སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་འཁོར་ལོ་ཐ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་  
 ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཐེག་དམན་གྱི་མདོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་གཟུངས་  
 རྒྱལ་གྱི་མདོའི་རིམ་པ་དང་པོ་ནས་བཤད་པའི་འཁོར་ལོ་དང་པོ་ཡིན་ན།  
 འཁོར་ལོ་དང་པོ་ཡིན་པས་ཐུབ་པ་སོགས་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་  
 ཐལ། གཟུངས་རྒྱལ་གྱི་མདོ་ནས་བཤད་པའི་འཁོར་ལོ་གསུམ་པོ་གཙོ་བོར་  
 གདུལ་བྱ་རྒྱུད་གཅིག་དང་པོར་འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་ལ་སྒྲོ་བ་བསྒྲེད། དེ་  
 ནས་སྟོང་ཉིད་སྒྲོམ། དེ་ནས་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་ཉིད་ཐབས་རྒྱ་  
 ཆེན་པོས་ཟིན་པའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་འབྲིད་རྒྱལ་གྱི་རིམ་པས་ཡིན་ལ།



དགོངས་འགྲེལ་ནས་བཤད་པའི་རིམ་པ་གསུམ་པོ་དེ་གཙོ་བོར་གདུལ་བྱ་  
རྒྱུད་ཐ་དད་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་གསུངས་པས་འདྲིར་བྱི་མའི་དབང་དུ་  
བྱེད་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ལེགས་བཤད་སྟོང་པོ་ལས། འདྲིའི་རིམ་པ་  
དང་པོ་གཉིས་ཐེག་དམན་དུ་འབྲིད་ཚུལ་ཡིན་ལ། ཞེས་གསུངས་པས།  
གཟུངས་རྒྱལ་གྱི་མདོའི་རིམ་པ་དང་པོ་གཉིས་ཐེག་དམན་ཁོ་ནའི་དབང་དུ་  
བྱས་པ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ལུང་དེས་ཐེག་དམན་དང་ཐུན་  
མོང་བའི་ལམ་ལ་འབྲིད་ཚུལ་བསྟན་པ་ལ་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་  
འཁོར་ལོ་དང་པོ་ལྟ་བུའི་ཐེག་དམན་གྱི་མདོའི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་ཡིན་  
ན། ཐེག་དམན་པ་ཡིན་པས་བྱུང་། ཡང་། ཐེག་ཆེན་གྱི་མདོའི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་  
གདུལ་བྱ་ཡིན་ན་ཐེག་ཆེན་པ་ཡིན་པས་བྱུང་ཟེར་ན། འཁོར་ལོ་དང་པོའི་  
ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་ཐེག་དམན་ལམ་དུ་འཇུག་ཁ་མའི་གང་ཟག་ཆོས་  
ཅན། ཐེག་དམན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་དམན་གྱི་མདོའི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་  
གདུལ་བྱ་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་ན། ལམ་ཁྱགས་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། །དེ་  
བཞིན་དུ་འཁོར་ལོ་བར་པའི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་ཐེག་ཆེན་ལམ་མ་  
ཁྱགས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །

ཁ་ཅིག་ བྱང་དོན་གྱི་མདོ་ཡིན་ན། སྟོང་ཉིད་མི་སྟོན་པས་བྱུང་། དེས་  
དོན་གྱི་མདོ་ཡིན་ན། སྟོང་ཉིད་སྟོན་པའི་མདོ་ཡིན་པས་བྱུང་ཟེར་ན། དང་པོ་

ལ། རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱུས་གསུམ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 གྲུབ་དོན་བར་པའི་སྐབས་ནས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་འཁོར་ལོ་བར་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། བྱབ་སྟེ། གྲུབ་དོན་ལས། དང་བའི་དོན་ཅོད་པའི་གཞིའི་གནས་སུ་  
 གྱུར་པ་ལགས། ཞེས་པ་དང་། རྣམ་བཤད་ལས། དུམ་གྱི་མདོ་སྐྱེ་ཁེ་བཞིན་  
 པ་མ་ཡིན་ལ། དང་བའི་དོན་ཡིན་ཡང་། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན།  
 དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། སྟོང་ཉིད་བསྟན་བྱའི་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་སྟོན་པས་  
 མདོ་སྐྱེ་རྣམས་ཀྱི་གཙོ་བོར་འཛོག་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་བཤད་ལས།  
 སྟོང་པ་ཉིད་རྒྱས་པར་གཏན་ལ་འབེབས་པ་མདོ་སྐྱེ་རྣམས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ཡིན་  
 ཞིང་། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ལ། བཙུམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ལྷ་སྟེ་  
 ལ་དགོ་སྟོང་དག་ཤམ་ཐབས་སྒྲུམ་པོར་བགོ་བ་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ་ཞེས་པའི་  
 མདོ་ཆོས་ཅན། སྟོང་ཉིད་སྟོན་པའི་མདོ་ཡིན་པར་ཐལ། དེས་དོན་གྱི་མདོ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྐྱེ་ཁེ་བཞིན་པའི་མདོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་སྟེ།  
 སྐབས་འདིར་དང་དེས་ཀྱི་བྱད་པར་སྐྱེ་ཁེ་བཞིན་པ་ཡིན་མིན་གྱི་སྟོན་ས་  
 འབྲེད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། བསྐྱབ་བྱ་ཙམ་སྟོན་པའི་མདོ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། ཁ་ཅིག་བདེན་བཞི་གཙོ་བོར་སྟོན་པའི་མདོ་ཡིན་ན། བདེན་བཞིའི་  
 ཆོས་འཁོར་ཡིན་པས་བྱབ། སྟོང་ཉིད་སྤྲོ་མོ་གཙོ་བོར་སྟོན་པའི་མདོ་ཡིན་ན།  
 འཁོར་ལོ་བར་པ་གང་རུང་ཡིན་པས་བྱབ་ཟེར་ན། དང་པོ་ལ། དུམ་བར་མ་

ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ནང་ཆོན་དུ་གྱུར་པའི་གཟུགས་མི་ཉག་པ་ཉིད་དུ་  
ཡིད་ལ་བྱའོ། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བདེན་བཞི་གཙོ་བོར་བསྟན་པའི་ཕྱིར།  
འདོད་མི་རུས་ཏེ། མཆོན་ཉིད་མེད་པའི་ཆོས་འཁོར་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ལ། ཟབ་ཞི་སྒྲིས་བྲལ་ཞེས་སོགས་ཀྱི་མདོ་ཆོས་ཅན། དེར་  
ཐལ། དེའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། ཟབ་ཞི་སྒྲིས་བྲལ་འོད་གསལ་འདུས་  
མ་བྱས། ཞེས་པས་གཙོ་བོར་བསྟན་པའི་ཟབ་པ་སོགས་སྟོང་ཉིད་ལ་བྱེད་  
པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། མི་འཐད་པར་ཐལ། འཁོར་ལོ་གསུམ་པོ་གང་རུང་བསྐྱོར་  
བ་ལ་མ་ཞུགས་པའི་གོང་དུ་གསུངས་པའི་མདོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་དབྱ་  
སེམས་སོགས་ཀྱིས་འཁོར་ལོ་གསུམ་པོ་འདོད་ཚུལ་མི་འདྲ་བའི་བྱེད་པར་  
མེད་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ལ་དབྱ་སེམས་གཉིས་པོ་ཡང་བྱང་  
ངེས་ཀྱི་བྱེད་པར་མི་འདྲ་ལ། བྱེ་བྲག་སྐྱ་བས་བདེན་བཞིའི་ཆོས་འཁོར་འདོད་  
གྲང་། འཁོར་ལོ་དང་པོར་གྱུར་པའི་བདེན་བཞིའི་ཆོས་འཁོར་མི་འདོད་པའི་  
ཕྱིར། ཕྱི་མ་དེར་ཐལ། དེས་འཁོར་ལོ་དང་པོ་དང་བར་ཐའི་བྱེད་པར་མི་འདོད་  
པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་ཐེག་ཆེན་གྱི་བཀའ་མི་འདོད་པའི་ཕྱིར། དེ་ལ་ཁོ་  
ན་རེ། དབྱ་སེམས་གཉིས་ལ་འཁོར་ལོ་གསུམ་པོ་སོ་སོར་བྱང་ངེས་ཀྱི་བྱེད་པར་  
མི་འདྲ་བར་བཞེད་ཚུལ་ཡོད་པར་འདོད་མི་རིགས་པར་ཐལ། སྐབས་འདིར་  
དབྱ་མ་པ་ཡིན་ན། སེམས་ཅམ་པ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རོ་བོ་

ཉིད་མེད་པར་སྐྱབ་པའི་ཐལ་རང་གཉིས་པོ་དབུ་མ་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་  
 ཐལ། དེ་གཉིས་ཆད་པའི་མཐར་ལྷུང་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་གཉིས་ཀྱི་དངོས་  
 པོ་བདེན་པར་མ་གྲུབ་པར་འདོད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། སྟོན་མེད་དེ། སྐབས་  
 འདིར་དབུ་སེམས་གཉིས་ཡོད་པར་འདོད་རིགས་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། ཐལ་  
 འགྱུར་བའི་ལུགས་གཞིར་འཛོག་པའི་ཆེ་ཡང་རང་རྒྱད་པ་དབུ་མ་པ་མ་ཡིན་  
 པ་དང་། རང་རྒྱད་པའི་ལུགས་གཞིར་འཛོག་པའི་ཆེ་ཐལ་འགྱུར་པ་དབུ་མ་པ་  
 མ་ཡིན་པར་ཐལ། མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེ་གཉིས་གཅིག་གི་  
 ལུགས་ལ་ཅིག་ཞོས་དབུ་མ་པ་མ་ཡིན་པར་ཁས་ལེན་པའི་ཆད་ལྡན་གྱི་  
 གཞུང་མེད་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དོན་དམ་ཡང་དག་འཕགས་ཀྱིས།  
 སྟོན་པ་ལ་གྲུབ་དོན་ཁྱེས་པའི་ཆེ། སྟོན་པ་ལ་འཁོར་ལོ་དང་པོར་ཆོས་ཐམས་  
 ཅད་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པར་བསྟན་པའི་དགོངས་གཞི་གང་ཡིན་  
 ཞེས་ཁྱེས་ནས་སྟོན་པས་ལན་གསུངས་པའི་དོན་ཀྱང་བདག་གིས་འདི་ལྟར་  
 གོ་ཞེས་ཁྱེས་པ་ཡིན་ཟེར་ན། འོ་ན། འཁོར་ལོ་དང་པོས་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་  
 གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པར་བསྟན་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར།  
 འདོད་ན། དེས་ན་མ་ཁའ་དང་ཆོས་ཁམས་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་  
 པར་བསྟན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེའི་ཆད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་

བྱས་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པར་འདོད་པར་ཐལ།      འདོད་པའི་ཕྱིར།  
འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། དེའི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱས་དེ་དག་སྤྱི་མཚན་དུ་འདོད་  
པའི་ཕྱིར།

གཞན་ཡང་། འཁོར་ལོ་དང་པོས་སྟོང་ཉིད་བཅུ་དྲུག་དང་སངས་རྒྱས་  
ཀྱི་སྟོབས་བཅུ་སོགས་དང་།      བྱང་སེམས་ཀྱི་ས་བཅུ་ཡང་བསྟན་པར་ཐལ།  
དེས་དེ་དག་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པར་བསྟན་པའི་ཕྱིར།      དེར་ཐལ།  
དེས་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པར་བསྟན་པའི་ཕྱིར།  
འདོད་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེས་སྟོང་ཉིད་ཀྱང་མ་བསྟན། སངས་རྒྱས་  
ཀྱི་སྟོབས་སོགས་ཀྱང་མ་བསྟན་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། ཐེག་དམན་གྱི་  
མདོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་དེར་ཐལ། རིན་ཆེན་སྤང་བ་ལས། ཐེག་དམན་  
གྱི་མདོ་ལས་དེ་མ་བསྟན་པར་བཤད་པའི་ཕྱིར། མཁས་པ་ཁ་ཅིག་ འཁོར་ལོ་  
བར་པས་གཟུགས་ནས་ནམ་མཁུན་གྱི་བར་གྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་གི་  
མཚན་ཉིད་ཀྱིས་མ་གྲུབ་པར་སྐྱས་ཟེན་ལ་བསྟན་པས་བྱང་དོན་དུ་འགྲེལ་  
གསུང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་ དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། འཁོར་ལོ་བར་པར་དེ་ལྟར་སྐྱས་  
ཟེན་ལ་བསྟན་པ་ལ་གཞོན་བྱེད་མི་འདུག་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གཟུགས་  
ནས་ནམ་མཁུན་གྱི་བར་གྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་མ་གྲུབ་  
པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱན་བཏགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདི་ལ་



ཁ་ཅིག་ ཆོས་ཐམས་ཅད་མཆོན་ཉིད་གསུམ་པོ་གང་རུང་མ་ཡིན་ཟེར། ཁོ་པོ་  
 ལྟར་ན། ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་མ་གྲུབ་ཅིང་ཀུན་བཏགས་  
 ཡིན་ཀྱང་། སྒར་འཕངས་པའི་སྐབ་བྱེད་དེ་ཅུང་ཟད་ཆིག་ལ་སོང་བར་སྒྲུང་དོ།  
 ཁ་ཅིག་ གྲུབ་དོན་ཐ་མ་ནས་བཤད་པའི་ངེས་དོན་གྱི་མདོ་དེའི་གོང་དུ་མདོ་  
 གཞན་མེད་པས། ངེས་པའི་དོན་ལགས་ཏེ། ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ཟེར་ན།  
 དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེའི་གོང་དུ་གསུངས་པའི་མདོ་གཞན་ཡོད་པར་མ་  
 ཟད། དེའི་གོང་ན་མདོ་སྡེ་ཀུན་གྱི་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་འཁོར་ལོ་བར་པ་ཡོད་  
 པའི་ཕྱིར། ཁོ་ན་རེ། དེའི་གོང་ན་ངེས་དོན་གྱི་མདོ་གཞན་མེད་པའི་དོན་ཡིན་  
 ཟེར་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དེའི་གོང་དུ་གསུངས་པའི་སྐྱེ་ཇི་བཞིན་པར་ཁས་  
 གྲང་དུ་རུང་བའི་མདོ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། བདག་  
 ཅག་གི་སྟོན་པའི་གོང་དུ་རུང་བའི་སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཡོད་པ་གང་ཞིག་  
 དེ་དག་གིས་ཀྱང་གསུངས་པའི་ངེས་དོན་གྱི་མདོ་ཡོད་པར་འདོད་རིགས་  
 པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་དག་གིས་གསུངས་པའི་མདོ་ཡོད་པ་སོགས་ཀྱི་སྐབ་  
 བྱེད་མི་རིགས་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ་གཉིས། མཆོན་ཉིད་དང་དབྱེ་བ་སོགས་སྦྱིར་  
 བསྟན་པ་དང་། གྲུབ་དོན་ལ་བཞེན་ནས་དང་ངེས་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པའོ། དང་  
 པོ་ནི། འཁོར་ལོ་གསུམ་བསྐྱོར་བའི་རིམ་པའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་དུས་དང་

པོར་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་ཉན་ཐོས་གྱི་རིགས་ཅན་ལ་གཙོ་བོར་དགོངས་  
ནས་བདེན་བཞི་བསྟན་བྱའི་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་སྟོན་པའི་ཐེག་དམན་གྱི་  
མདོ། བཀའ་དང་པོ་བདེན་བཞིའི་ཆོས་འཁོར་གྱི་མཆན་ཉིད། དེའི་དབང་དུ་  
བྱས་པའི་དུས་བར་པར་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་ཅན་  
དབང་རྣམས་ལ་གཙོ་བོར་དགོངས་ནས་སྟོང་ཉིད་སྤྲོ་མོ་གཙོ་བོར་སྟོན་པའི་ཐེག་  
ཆེན་གྱི་མདོ། བཀའ་བར་པ་མཆན་ཉིད་མེད་པའི་ཆོས་འཁོར་གྱི་མཆན་ཉིད།  
དེའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་དུས་ཐ་མར་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་ཐེག་ཆེན་གྱི་  
རིགས་ཅན་ལ་བདག་མེད་སྤྲ་རགས་གང་རུང་བསྟན་བྱའི་གཙོ་བོར་བྱས་  
ནས་སྟོན་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མདོ། བཀའ་ཐ་མ་ལེགས་སྤྱེའི་ཆོས་འཁོར་གྱི་  
མཆན་ཉིད། དང་པོ་ནི། དག་སྟོང་དག་འདི་ནི་སྤྱག་བསྐལ་འཕགས་པའི་  
བདེན་པའོ། ཞེས་སོགས་གྱི་མདོ་ལྟ་བུ་ཡིན། གཉིས་པ་ནི། རྒྱས་འབྲིང་  
བསྐྱས་གསུམ་ལྟ་བུའོ། །གསུམ་པ་ནི། རོ་བོ་ཉིད་གསུམ་ལ་བདེན་པར་ཡོད་  
མེད་སོ་སོར་སྤྱེ་ནས་སྟོན་པའི་དོན་དམ་ཡང་དག་འཕགས་ཁུས་གྱི་ལེ་ཏུ་ལྟ་  
བུའོ། དེས་ན། ལུགས་འདིར་འཁོར་ལོ་དང་བར་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི་ཐེག་  
དམན་གྱི་མདོ་དང་། བར་པ་ཐེག་ཆེན་གྱི་མདོ་ཡིན་ཀྱང་། དེ་གཉིས་ཐང་དོན་  
གྱི་མདོ་ཡིན་པར་གསུངས་སོ། །འཁོར་ལོ་ཐ་མ་ངེས་དོན་གྱི་མདོ་དང་། དེའི་  
ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་ཅན་ཡིན་ཡང་། །དེ་ཡང་ཐེག་

པ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་དག་པར་ཞུགས་ཞེས་པའི་དོན་ལེགས་བཤད་སྒྲུབ་པོ་  
ལས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །འདི་ལ་བརྟེན་ནས་ཐེག་པ་ཐུན་མོང་བའི་མདོ་དང་  
བསྟན་བཅོས་ཡོད་པར་བཞེད་ཀྱང་། མཁས་གྲུབ་ཀྱིས་མི་བཞེད་པར་གསལ་  
ལོ།

གཉིས་པ་གྲུབ་དོན་ལ་བརྟེན་ནས་དང་ངེས་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་ལ།  
མདོ་ཡོངས་རྫོགས་དངས་ན་མང་དོགས་པས་མདོར་བསྡུས་ཏེ་བཤད་པ་ལ་  
བཞི། མདོ་སྡེ་ལ་འགལ་སྤྱོད་གི་དེ་བ། དེ་བ་དེའི་ལན། རོ་བོ་ཉིད་གསུམ་ངོས་  
བཟུང་བ། གྲུབ་དོན་རི་ལྟར་ཞུས་པའི་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ནི། དགོངས་འགྲེལ་  
ལས། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་རྣམ་གྲངས་ཏུ་མར་སྤང་པོ་རྣམས་ཀྱི་རང་གི་  
མཆན་ཉིད་ཀྱང་བཀའ་སྒྲུབ། སྒྲེ་བའི་མཆན་ཉིད་དང་། འཇིག་པའི་མཆན་  
ཉིད་དང་། སྤང་བ་དང་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ཡང་བཀའ་སྒྲུབ། ཞེས་སོགས་དང་།  
བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རོ་བོ་ཉིད་མ་མཆིས་པ། ཆོས་ཐམས་  
ཅད་མ་སྒྲེས་པ། ཞེས་པ་ནས། དོན་དེ་ཉིད་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་བདག་  
ཡོངས་སུ་ཞུ་ཞུ་ལགས་སོ། །ཞེས་པའི་བར་གྱི་མདོ་ཆན་གཉིས་ཀྱི་དང་པོས་  
འཁོར་ལོ་དང་པོ་དང་། སྤྱི་མས་འཁོར་ལོ་བར་པ་ལ་འགལ་སྤྱོད་གི་དེ་བ་ཞུས་  
སོ། །དེའི་དོན་བསྡུ་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དོན་དམ་ཡང་དག་འཕགས་  
ཀྱིས་སྟོན་པ་ལ་འགལ་སྤྱོད་གི་དེ་བ་རི་ལྟར་ཞུས་པའི་ཚུལ་ཡོད་དེ། བཅོམ་

ལྡན་འདས་ཀྱིས་འཁོར་ལོ་དང་པོར་ལྷུང་སོགས་ཀྱི་ཆོས་མང་པོ་ཞིག་རང་གི་  
མཆན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པར་བསྟན།      འཁོར་ལོ་བར་པར་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
སྟོབས་གཅིག་ཏུ་རང་གི་མཆན་ཉིད་ཀྱིས་མ་གྲུབ་པར་སྐྱས་ཟིན་ལ་བསྟན་  
འདུག་པས། དེ་གཉིས་སྐྱས་ཟིན་ལྟར་ན་འགལ་ཡང། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་  
དགོངས་པ་ལ་འགལ་བ་མ་མཆིས་པས། དེ་གཉིས་ལས་དེ་ལྟར་མི་འདྲ་བར་  
བསྟན་པའི་དགོངས་གཞི་གང་ཡིན་ཞེས་ཞུས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་ངེ་བ་དེའི་ལན་ནི། དེ་ཉིད་ལས། རོན་དམ་ཡང་འཕགས།  
ངས་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཉིད་རྣམ་པ་གསུམ་པོ་འདི་ལྟ་སྟེ།  
མཆན་ཉིད་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་དང་། སྐྱེ་བ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་དང་། རོན་དམ་པ་  
ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཉིད་ལ་དགོངས་ནས་ཆོས་ཐམས་ཅད་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པའོ་  
ཞེས་བསྟན་ཏོ། །ཞེས་མདོར་བསྟན་ནས། དེ་ལ་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ངོ་  
བོ་ཉིད་མེད་པ་ཉིད་གང་ཞེ་ན། གུན་བཏགས་པའི་མཆན་ཉིད་གང་ཡིན་པའོ།  
ཞེས་སོགས་ཀྱིས་གུན་བཏགས་དང་། ཆོས་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེ་བ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་  
པ་གང་ཞེ་ན། ཆོས་རྣམས་ཀྱི་གཞན་ཀྱི་དབང་གི་མཆན་ཉིད་གང་ཡིན་པའོ།  
ཞེས་སོགས་ཀྱིས་གཞན་དབང་དང་། ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའི་  
མཆན་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་རོན་དམ་པ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཉིད་ཅེས་བྱའོ།  
ཞེས་སོགས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་གྲུབ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་ཚུལ་རྒྱས་པར་བསྟན་ནས།

མཆན་ཉིད་དོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཉིད་ལ་དགོངས་ནས། ངས་ཆོས་ཐམས་ཅད་མ་  
 གྱེས་པ་མ་འགགས་པ་གཞོན་མ་ནས་ཞི་བ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོངས་སུ་ཐུ་  
 ངན་ལས་འདས་པའོ་ཞེས་བསྟན་ཏོ། ཞེས་སོགས་གྱིས་འཁོར་ལོ་བར་པར་  
 མ་གྱེས་མ་འགགས་སོགས་བསྟན་པའི་དགོངས་གཞི་བསྟན་པ་ཡིན་ལ། དེའི་  
 དོན་བསྟུས་ན། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། འཁོར་ལོ་བར་པར་ཆོས་ཐམས་ཅད་དོ་བོ་  
 ཉིད་མེད་དོ་ཞེས་གསུངས་པའི་དགོངས་གཞི་ཡོད་དེ། གྱུན་བཏགས་མཆན་  
 ཉིད་དོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་དང་། གཞན་དབང་བདག་ལས་སྐྱེ་བ་དོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་  
 དང་། ཡོངས་གྲུབ་དོན་དམ་པའམ་ཆོས་བདག་གི་དོ་བོར་མེད་པ་ལ་དགོངས་  
 ནས་གསུངས་པའི་བྱིར། ཞེས་པ་མདོར་བསྟན་གྱི་དོན་དང་། གྱུན་བཏགས་  
 ཆོས་ཅན། བྱོད་ལ་མཆན་ཉིད་དོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཞེས་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཆན་  
 ཡོད་དེ། སྐྱབ་སྤྱོད་ནས་མིང་དང་བཟུངས་རྣམ་པར་བཞག་པ་ཅམ་ཡིན་གྱི།  
 དགག་སྤྱོད་ནས་རང་གི་མཆན་ཉིད་གྱིས་མ་གྲུབ་པའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་དེ་  
 ལྟར་བརྗོད་པའི་བྱིར། གཞན་དབང་ཆོས་ཅན། བྱོད་ལ་སྐྱེ་བོ་དོ་བོ་མེད་པ་  
 ཞེས་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཆན་ཡོད་དེ། རང་གི་རྒྱ་རྒྱེན་ལས་སྐྱེ་བ་ཡིན་གྱི། རང་  
 བདག་ཉིད་དམ་རང་དབང་དུ་མི་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་དེ་ལྟར་བརྗོད་པའི་  
 བྱིར། ཡོངས་གྲུབ་ཆོས་ཅན། བྱོད་ལ་དོན་དམ་པ་དོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཞེས་  
 བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཆན་ཡོད་དེ། རང་གི་སྟོང་གཞི་ཆོས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སྟོང་དུ་



ཆོས་བདག་བཀག་ཅམ་གྱི་མེད་དགག་ཡིན་པས་བདག་དེའི་ངོ་བོར་མེད་  
པའི་དོན་དམ་པ་ཡིན་ལ། ཁྱོད་དེར་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་དེ་  
ལྟར་བཟོད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པ་ནི་རྒྱས་བཤད་གྱི་དོན་དང་། ཀུན་བཏགས་  
ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་མ་སྐྱེས་པ་ཞེས་སོགས་བཟོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ།  
རང་གི་མཚན་ཉིད་གྱིས་མ་གྲུབ་པས་ན་མ་སྐྱེས། མ་སྐྱེས་པས་མ་འགགས།  
མ་འགགས་པས་འདུས་མ་བྱས་ཡིན་པས་གཞོན་མ་ནས་ཞི་བ་དང་དེར་རང་  
བཞིན་གྱིས་བྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་དེ་ལྟར་བཟོད་པའི་ཕྱིར།  
ཡོངས་གྲུབ་ལ་ཡང་མ་སྐྱེས་མ་འགགས་སོགས་སུ་གསུངས་པ་ཡང་དེས་  
ཞེས་པར་བྱའོ།

གསུམ་པ་ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་ངོས་བབྱང་བ་ལ་གསུམ། ཀུན་བཏགས།  
གཞན་དབང་། ཡོངས་གྲུབ་བཤད་པའོ། དང་པོ་ནི། རང་འཛིན་རྟོག་པས་སྒྲོ་  
བཏགས་ཅམ། ཀུན་བཏགས་གྱི་མཚན་ཉིད། དེ་ལ་རྣམ་གངས་པའི་ཀུན་  
བཏགས་དང་། མཚན་ཉིད་ཡོངས་ཆད་གྱི་ཀུན་བཏགས་གཉིས་སོ། དེ་གཉིས་  
ལ་ཡང་ངོ་བོ་དང་བྱད་པར་ལ་ཀུན་བཏགས་པའི་ཀུན་བཏགས་གཉིས་གཉིས་  
འཛིན་ཚུལ་ཡོད་དེ། བུམ་པ་ལྟ་བུ་ལ་མཚོན་ན། འདི་ནི་བུམ་པའོ་ཞེས་ཐ་  
སྙད་འདོགས་པའི་གཞི་ཡིན་པའི་ཆ་དེ། ངོ་བོ་ལ་ཀུན་བཏགས་པའི་ཀུན་  
བཏགས་དང་། འདི་ནི་བུམ་པའི་སྐྱེ་བ་དང་འཛིན་པའོ་ཞེས་ཐ་སྙད་འདོགས་

པའི་གཞི་ཡིན་པའི་ཆ་དེ། བྱད་པར་ལ་ཀུན་བཏགས་པའི་ཀུན་བཏགས་ཡིན་  
 ལ། དེ་གཉིས་ཐུན་མོང་དུ་བསྒྲེལས་ན། རོ་བོ་དང་བྱད་པར་ལ་ཀུན་བཏགས་  
 པའི་ཀུན་བཏགས་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ནི་རྣམ་གྲངས་པའི་ཀུན་བཏགས་ཡིན་ལ།  
 བཏགས་ཆ་དེ་གཉིས་སུ་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་བྱུབ་པ་མཆོན་ཉིད་ཡོངས་  
 ཆད་ཀྱི་ཀུན་བཏགས་སོ། །དེ་སྟོན་པ་ལ། དགོངས་འབྲེལ་ལས། རྣམ་པར་  
 ཉོག་པའི་སྟོང་ཡུལ་ཀུན་བཏགས་པའི་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་གནས་འདུ་བྱེད་ཀྱི་  
 མཆོན་མ་ལ་གཟུགས་ཀྱི་སྤང་པོ་ཞེས་རོ་བོ་ཉིད་དམ་བྱེ་བྲག་གི་མཆོན་ཉིད།  
 ཅེས་གསུངས་པའི་བྱེར་རོ། གཉིས་པ་རང་གི་རྒྱ་རྒྱུན་ལས་སྦྱེས་པ། གཞན་  
 དབང་གི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་དག་མ་དག་གི་གཞན་དབང་གཉིས་ཡོད་དེ། དེ་  
 ཉིད་ལས། འདུ་བྱེད་ཀྱི་མཆོན་མ་གང་ལགས་པ་དེ་ནི་གཞན་ཀྱི་དབང་གི་  
 མཆོན་ཉིད་ལགས་ཏེ། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱེར་རོ། །གསུམ་པ་ཡོངས་བྱུབ་  
 བྱེ། རྣམ་དག་ལམ་ཀྱི་དམིགས་པ་མཐར་ཐུག། །ཡོངས་བྱུབ་ཀྱི་མཆོན་ཉིད།  
 དེ་ལ་སྦྱས་བརྗོད་རིགས་སྒོ་ནས། འགྱུར་མེད་ཡོངས་བྱུབ་དང་། བྱེན་ཅི་མ་  
 ལོག་པའི་ཡོངས་བྱུབ་གཉིས། དང་པོ་དང་སྟོང་ཉིད་དོན་གཅིག་གཉིས་པ།  
 གཉིས་སྟོང་གི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཉོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་མ་འཁྲལ་བ་ལ་བྱེད་དོ།  
 འདིར་ཡོངས་བྱུབ་ཀྱི་གཙོ་བོ་ནི་ཀུན་བཏགས་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་མ་  
 བྱུབ་པ་ཞིག་ལ་བཞེད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། ཀུན་བཏགས་པའི་མཆོན་

ཉིད་དེར་ཡོངས་སུ་མ་གྲུབ་ཅིང་། ཞེས་པ་ནས། དེ་ནི་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའི་  
མཆན་ཉིད་ལགས་ཏེ། ཞེས་པའི་བར་གསུངས་པའི་བྱིར། དེས་ན་ལྷགས་  
འདི་ལ་གཞན་དབང་དང་ཡོངས་གྲུབ་སོ་སོ་ནས་བདེན་པར་བསྟན་ཅིང་། ཐ་  
སྟོན་དུ་མེད། གུན་བཏགས་རང་གི་མཆན་ཉིད་ཀྱིས་མ་གྲུབ་པས། ཐ་སྟོན་དུ་  
ཡོད་པ་ལེགས་བཤམ་སྟོང་པོ་ལས་གསལ་བར་གསུངས་སོ། །ལེགས་  
བཤམ་སྟོང་པོའི་གསུང་དེ་ལ་བརྟེན་ནས། གཞན་དབང་དང་ཡོངས་གྲུབ་  
གཉིས་པོ་དོན་དམ་པར་གྲུབ་པར་འདོད་པ་ཡོད་ཀྱང་། དེ་གཉིས་ཀྱན་  
བཏགས་སུ་འདོད་དགོས་པས་དོན་དམ་པར་མ་གྲུབ་ལ། རྗེའི་གསུང་དེ་དང་  
འགལ་བའི་སྒྲིན་མེད་དེ། དེ་ནི་དོན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་གཞན་དབང་  
ཡོངས་གྲུབ་སོ་སོ་ནས་བདེན་པར་གྲུབ་པའི་དོན་ཡིན་པའི་བྱིར། དེ་ལྟར་མ་  
ཡིན་ན། ཆོས་ཐམས་ཅད་དོན་དམ་པར་གྲུབ་མ་གྲུབ་གང་རུང་དུ་ཁས་ལེན་  
མི་རིགས་པར་འགྱུར་ཏེ། བྱོད་ལྟར་ན་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་གི་མཆན་ཉིད་  
ཀྱིས་གྲུབ་པར་ཁས་ལེན་ན། གུན་བཏགས་རང་གི་མཆན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པར་  
འགྱུར་བ་དང་། མ་གྲུབ་པར་འདོད་ན་གཞན་དབང་ཡང་མ་གྲུབ་པར་འགྱུར་  
བའི་གཞོན་གྱེད་འབྱུག་པའི་བྱིར། དེ་ལྟར་འདོད་མི་རིགས་ཏེ། ཆོས་ཐམས་  
ཅད་བདེན་པར་གྲུབ་མ་གྲུབ་གང་རུང་དུ་འདོད་དགོས་པའི་བྱིར།

བཞི་པ། གྲུབ་དོན་ངེ་ལྟར་ཞུས་པ་ནི། དགོངས་འགྲེལ་ལས། བཅོམ་

ལྷན་འདས་ཀྱིས་དང་པོར་ཡུལ་ཁ་ར་ཏ་སིར་བྱང་སྟོང་སྒྲ་བ་རི་དྲགས་ཀྱི་  
 རྒྱགས་སུ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་ལ་ཡང་དག་པར་ཞུགས་པ་རྣམས་ལ་འཕགས་  
 པའི་བདེན་བཞིའི་རྣམ་པ་བསྟན་པས། ཞེས་པ་ནས། ཅོད་པའི་གཞིའི་གནས་  
 སུ་གྱུར་པ་ལགས་ཞེས་པའི་བར་གྱུབ་དོན་དང་པོ་དང་། བཙམ་ལྷན་འདས་  
 ཀྱི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་མཆིས་པ་ཉིད་ལས་བརྒྱལ་ས། སྐྱེ་བ་མ་  
 མཆིས་པ་དང་། ཞེས་པ་དང་། བྱང་བའི་དོན་ཅོད་པའི་གཞིའི་གནས་སུ་གྱུར་  
 པ་ལགས་ཀྱི་ཞེས་པའི་བར་གྱུབ་དོན་བར་པ་དང་། བཙམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་  
 ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་མཆིས་པ་ཉིད་ལས་བརྒྱལ་ས། ཞེས་པ་ནས།  
 དེས་པའི་དོན། ལགས་ཏེ་ཅོད་པའི་གཞིའི་གནས་སུ་གྱུར་པ་མ་ལགས་སོ།  
 ཞེས་པའི་བར་གྱུབ་དོན་ཐ་མ་གསུངས། དེ་དག་གི་དོན་བསྒྲུས་ན། ཤེས་བྱ་  
 ཆོས་ཆན། དོན་དམ་ཡང་དག་འཕགས་ཀྱིས་སྟོན་པ་ལ་གྱུབ་དོན་ཞུས་པའི་  
 ཚུལ་ཡོད་དེ། བཙམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བར་པར་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
 ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་རང་གི་མཆན་ཉིད་ཀྱིས་མ་གྱུབ་པར་གསུངས་པའི་  
 དགོངས་གཞི་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་གསུམ་ལ་དགོངས་ནས་གསུངས་པའི་  
 ཚུལ་དངོས་སུ་གསུངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས། དེའི་དགོངས་གཞི་སོགས་དངོས་  
 སུ་གོ་བའི་དོན་གྱིས། འཁོར་ལོ་དང་པོར་གཟུགས་ནས་བྱང་ཕྱོགས་སོ་  
 བདུན་གྱི་བར་གྱི་ཆོས་མང་པོ་ཞིག་རང་གི་མཆན་ཉིད་ཀྱིས་གྱུབ་པར་

གསུངས་པའི་དགོངས་གཞི་སོགས་ཀྱང་གོ་བས། དེ་ལྟར་ན། འཁོར་ལོ་དང་  
པོ་དང་བར་པ་གཉིས་སྒྲ་ཇི་བཞིན་པར་ཁས་སྒྲང་མི་རུང་བའི་དང་དོན་གྱི་  
མདོ་དང་། བཤད་མ་ཐག་པའི་དགོངས་པ་གསལ་བར་སྤྱི་ནས་སྟོན་པ་ལ་  
བདག་གིས་ཁྱས་པའི་མདོ་འདི་ནི་ངས་དོན་གྱི་མདོ་སྒྲ་ཇི་བཞིན་པ་དང་།  
ཁོ་ལ་བ་གཞན་གྱིས་ཚུད་པའི་གཞོད་བྱེད་ལ་འཇུག་ཁྱས་པའི་གཞི་མ་  
ལགས་སོ་ཞེས་ཁྱས་པའི་བྱིར། འཁོར་ལོ་དང་པོར་དེ་ལྟར་གསུངས་པའི་  
དགོངས་གཞི་ཡོད་དེ། གཟུགས་སོགས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་ཡོད་པ་ལ་དགོངས་  
པའི་བྱིར། དགོས་པ་ཡོད་དེ། ཉན་ཐོས་སྡེ་གཉིས་ཇེས་སུ་འཛིན་པའི་ཆེད་དུ་  
ཡིན་པའི་བྱིར། དངོས་ལ་གཞོད་བྱེད་ཡོད་དེ། ཀུན་བཏགས་རང་གི་མཆོན་  
ཉིད་གྱིས་མ་གྲུབ་པར་སྟོན་པའི་ལུང་རིགས་རྣམས་ཀྱིས་གཞོད་པའི་བྱིར།  
དེས་སྤྱི་དོན་ཡོད་པར་བསྟན་པའི་དགོངས་གཞི་སོགས་ཀྱང་ཤེས་པར་བྱའོ།  
འཁོར་ལོ་བར་པར་སྤར་ལྟར་གསུངས་པའི་དགོངས་གཞི་སོགས་ཡོད་དེ། རོ་  
བོ་ཉིད་མེད་པ་གསུམ་ལ་དགོངས་པ་དང་། རོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་སྒྲ་བའི་རིགས་  
ཅན་གཞན་ཇེས་སུ་འཛིན་དགོས་པ་དང་། གཞན་ཡང་བདེན་གྲུབ་ཏུ་སྟོན་  
པའི་ལུང་རིགས་ཀྱིས་གཞོད་པའི་བྱིར། འོ་ན། གཟུགས་སོགས་ཀྱི་ཆོས་  
རྣམས་ཀྱི་སྟངས་དུ་རོ་བོ་དང་བྱེད་པར་ལ་ཀུན་བཏགས་པའི་ཀུན་བཏགས་རང་  
གི་མཆོན་ཉིད་གྱིས་གྲུབ་པར་འགོག་པའི་རིགས་པ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ཡང་།



ཐེག་བསྐྱུས་ལས། །མིང་གི་སྤྱོད་ལ་སྒྲོ་མེད་ཕྱིར། །མང་བའི་ཕྱིར་དང་མ་  
 འདྲེས་ཕྱིར། །དེ་ཡི་བདག་ཉིད་བདག་མང་དང་། །བདག་འདྲེས་འགལ་བས་  
 འགྲུབ་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པའི་རིགས་པ་དང་པོ་ནི། མདུན་གྱི་བུམ་  
 བ་འདི་ལ་ནི་བུམ་པའོ་སྙམ་པའི་སྒྲོ་སྐྱེ་བ་དེ། གཞན་གྱིས་བརྟུ་འབྲེལ་བྱེད་པ་  
 ལ་མི་སྒྲོས་པར་ཐལ། དེ་རང་ཉིད་རང་ཉིད་ཅེས་པའི་ཐ་སྙད་འཇུག་པའི་  
 འཇུག་གཞིར་རང་གི་གནས་ལུགས་ཀྱི་དབང་གིས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། དེས་  
 འཕངས་པའི་སྐྱབ་བྱེད་ནི། བུམ་པ་དེ་རང་ཉིད་རང་ཉིད་ཅེས་པའི་སྐྱབ་འཇུག་  
 པའི་འཇུག་གཞིར་རང་གི་གནས་ལུགས་ཀྱི་དབང་གིས་མ་གྲུབ་སྟེ། བུམ་པ་  
 ལ་འདི་ནི་བུམ་པའོ་སྙམ་པའི་སྒྲོ་སྐྱེ་བ་དེ་བརྟུ་ལ་རག་ལས་ཀྱི་དངོས་དབང་  
 གིས་མི་འཇུག་པའི་ཕྱིར། །ཞེས་པ་ཡིན་ཏེ། རིགས་པ་དེ་ནི། བུམ་པའི་ཐ་སྙད་  
 མི་ཤེས་པའི་གང་ཟག་ལ་འདི་ནི་བུམ་པའོ་ཞེས་བརྟུ་མ་བྱས་པར་བུམ་པ་  
 མཐོང་ཅམ་ཉིད་ནས་བུམ་པའོ་སྙམ་པའི་སྒྲོ་མི་སྐྱེ་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། དཔེར་ན། ཡི་གེ་གང་ལ་འདི་ནི་ཡི་གེ་འདིའོ་ཞེས་པའི་བརྟུ་ཞིག་མ་  
 ཐོས་པར་ཡི་གེ་དེའི་སྒྲོ་མི་སྐྱེ་བ་བཞིན་ཏེ། དེ་སྐྱེ་ན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཡི་གེའི་  
 རིགས་མཐོང་བ་ཅམ་གྱིས་ཤེས་པར་འགྱུར་བས་ཏ་ཅང་ཐལ་བའི་ཕྱིར།  
 རིགས་པ་གཉིས་པ་ནི། གང་ཟག་གཅིག་ལ། རྒྱ་བྱིན། དབང་པོ། བྱོང་འཛོམས་  
 །ཞེས་མིང་ཐ་དད་པ་གསུམ་བཏགས་པའི་ཆེ་གང་ཟག་གཅིག་པོ་རྒྱད་ཐ་དད་

པ་མང་པོ་གསུམ་དུ་འགྱུར་ལ།      གང་ཟག་གསུམ་པོ་དེ་མིང་གསུམ་པོ་དེ་  
འཇུག་པའི་གཞིར་རང་གི་གནས་ལུགས་ཀྱི་དབང་གིས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར།  
རིགས་པ་གསུམ་པ་ནི། གང་ཟག་རྒྱད་སོ་སོ་བ་ཐ་དད་པ་གཉིས་ལ་ཉེར་སྤྲས་  
ཞེས་མིང་གཅིག་བཏགས་པའི་ཆེ་ན།      མིང་གཅིག་པ་དེ་བཞིན་དུ་གང་ཟག་  
གཉིས་པོ་དེ་ཡང་རྒྱད་གཅིག་དུ་འབྲས་པར་འགྱུར་བར་ཐལ། དེ་གཉིས་མིང་  
གཅིག་པོ་དེ་འཇུག་པའི་ཐ་སྙད་ཀྱི་གཞིར་རང་གི་གནས་ཆོད་ཀྱི་དབང་གིས་  
གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པ་སྟེ། དེ་གཉིས་ཀྱིས་འཕངས་པའི་སྒྲུབ་བྱེད་ཀྱང་ཤེས་  
པར་བྱའོ། །དེས་ན།      གཟུགས་སོགས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་རང་རང་གི་སྟེང་དུ་  
གནས་ལུགས་མཐར་ཐུག་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་གཞི་  
གཞན་དབང་དང་། དེའི་སྟེང་དུ་ངོ་བོ་དང་བྱེད་པར་ལ་ཆོས་ཀྱི་བདག་དུ་སྒྲོ་  
བཏགས་པ་དེ། དེའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་ཀུན་བཏགས་དང་། བཏགས་པའི་  
གཞི་དེར་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་མ་གྲུབ་པ་དེ། དེའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་  
ཡོངས་གྲུབ་ཡིན་ཞིང་།      དེ་ནི་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་  
མཆོན་ཉིད་གསུམ་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ཡིན་ལ། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཀྱི་དབང་  
དུ་བྱས་པའི་མཆོན་ཉིད་གསུམ་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ཀྱང་ཤེས་པར་བྱའོ།།

ཞར་ལ་གཟུངས་རྒྱལ་ནས་བཤད་པའི་མདོ་འགོད་པ་ནི། དེ་ཉིད་ལས།  
རིགས་ཀྱི་བྱ་དཔེར་ན། འདི་ལྟ་སྟེ། རྗེར་བྱ་མཁན་མཁས་པས་རྗེར་བྱ་ཡོངས་

སྤྱ་སྒྲོང་བའི་ཚུལ་ཤེས་པ་དེས། ཞེས་པ་ནས། བེའུ་ཅའི་རིགས་ཆེན་པོ་  
 ཞེས་བྱའོ། ཞེས་པའི་བར་གྱིས་དཔེ་དང་། རིགས་ཀྱི་བྱ། དེ་བཞིན་དུ་དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པས་ཀྱང་། མ་དག་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་མཐུན་ཏེ།  
 མི་རྟག་པ་དང་། སྤྱུག་བསྐྱལ་བ་དང་། སྒྲོང་པ་དང་། བདག་མེད་པ་དང་། མི་  
 གཙང་བ་དང་། ཡིད་འབྱུང་བའི་གཏམ་གྱིས་འཁོར་བ་ལ་དགའ་བའི་སེམས་  
 ཅན་ནམས་སྒྲིབ་བ་བསྐྱེད་པར་མཛད་དེ། འཕགས་པའི་ཆོས་འདུལ་བ་ལ་  
 འཇུག་པར་མཛད། ཅེས་རིམ་པ་དང་པོ་དང་། དེའི་འཕྲོ་ནས་དེ་ཅམ་གྱིས་དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པ་བརྩོན་པ་འདོར་བ་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་འོག་ཏུ་སྒྲོང་པ་ཉིད་  
 དང་། མཆན་མ་མེད་པ་དང་། སྒྲོན་པ་མེད་པའི་གཏམ་གྱིས་དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པའི་ཚུལ་རྟོགས་པར་མཛད་དོ། །ཞེས་རིམ་པ་གཉིས་པ་དང་། དེ་  
 ཅམ་གྱིས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་བརྩོན་པ་འདོར་བ་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་འོག་ཏུ་  
 ཕྱིར་མི་ལྟོག་པ་འཁོར་ལོའི་གཏམ་འཁོར་གསུམ་ཡོངས་སྤྱད་གཤེགས་  
 གྱིས་རང་བཞིན་སྣ་ཆོགས་ཀྱི་རྒྱ་ཅན་གྱི་སེམས་ཅན་དེ་དག་དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པའི་ཡུལ་ལ་འཇུག་པར་མཛད་དོ། །ཞེས་རིམ་པ་གསུམ་པ་  
 གསུངས་ལ། འདིས་འཁོར་ལོ་གསུམ་གྱི་ཐ་སྙད་དངོས་སྤྱུང་གསུངས་ཀྱང་།  
 གདུལ་བྱ་བ་གྱི་བའི་རིམ་པས་དོན་གྱིས་བསྟན་ཏོ། །འདིར་ལེགས་བཤད་  
 སྒྲོང་པོ་ལས། འདིས་ནི་གང་ཟག་གཅིག་དང་པོར་ཐེག་དམན་དུ་འབྲིད་ནས་

སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡུལ་ཐེག་ཆེན་ལ་བཙུང་ནས་མཐར་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་  
བྱེད་པ་ཡིན་ལ། འཁོར་ལོ་གསུམ་ནི་ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་གདུལ་བྱ་རྒྱུད་ཐ་དད་  
པའི་དབང་དུ་མཛད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཁ་ཅིག་རིམ་པ་དང་  
པོ་གཉིས་ནས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་མདོ་ཡིན་ན་ཐེག་དམན་ཡིན་པས་བྱུང་  
པར་བཞེད། མཁས་གྲུབ་ལྟར་ན། དེ་ཐེག་དམན་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་ལ་  
འབྲིད་པ་ལ་འགོངས་པར་བཞེད་པ་ཡིན་ཏེ། འདིའི་རིམ་པ་དང་པོ་ནས་བསྟན་  
པའི་ཡུམ་གྱི་མདོ་ཡོད་པར་བཤད་པའི་བྱིར། དེ་དག་གི་དོན་ཞིབ་པར་ནི་  
དབྱུད་དེ་ཤེས་དགོས་སོ། །

གསུམ་པ་ཚེད་པ་སྤྲོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་སྟོན་པས་འཁོར་ལོ་གསུམ་པོ་  
ཅིག་ཅར་དུ་བསྐྱོར་བར་ཐལ། སྟོན་པས་ལེགས་སྒྱུར་གྱི་སྐད་ལྟ་བུ་གཅིག་  
གསུངས་པའི་ཆེ་སྐད་རིགས་མི་འདྲ་བའི་གདུལ་བྱ་རྣམས་ཀྱིས་རང་རང་གི་  
སྐད་དང་མཐུན་པར་གོ་བར་འགྱུར་བའི་བྱིར་བེར་ན། མ་བྱུང་། མ་བྱུང་ན།  
དེར་ཐལ། གསུང་གཅིག་ཉིད་དུ་གསུང་མོད་ཀྱི། །དུ་མ་ཉིད་དུ་སོ་སོར་གོ་།  
ཞེས་དང་། གསུང་དབྱངས་གཅིག་གིས་སོ་སོར་ལན་གྲང་འདེབས། །ཞེས་  
གསུངས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་འཁོར་ལོ་གསུམ་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན། བདག་  
ཅག་གི་སྟོན་པའི་བཀའ་ཡིན་པས་མ་བྱུང་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་གཞན་  
ཀྱིས་གསུངས་པའི་འཁོར་ལོ་གསུམ་ཡང་ཡོད། འཁོར་ལོ་གསུམ་པོ་གང་

རུང་དུ་གྱུར་པའི་བསྟན་བཅོས་ཀྱང་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། སངས་  
 རྒྱུ་མ་གཞན་གྱིས་རང་གི་གདུལ་བྱ་ལ་འཁོར་ལོ་གསུམ་གསུངས་པ་ཡོད་  
 པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འདས་པའི་སངས་རྒྱུ་གངས་མེད་པ་རྣམས་ཀྱི་ནང་  
 རྣམ་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པའི་མཛད་པ་དང་འདྲ་བར་མཛད་པ་གཏན་མེད་པ་  
 འདོད་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། སངས་རྒྱུ་མ་གཞན་གྱིས་འཁོར་ལོ་  
 གསུམ་གསུངས་པ་ཡོད་ཀྱང་། དེས་འཁོར་ལོ་གསུམ་པོ་གང་རུང་གི་གོ་མི་  
 ཆོད་པར་ཁས་ལེན་དགོས་པར་སེམས་ཏེ། འདིར་འཁོར་ལོ་གསུམ་ནི་བདག་  
 ཅག་གི་སྟོན་པས་གསུངས་པ་གཞིར་འཛོག་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་དེར་ཐལ།  
 བདེན་བཞིའི་ཆོས་འཁོར་དུ་གྱུར་པའི་བསྟན་བཅོས་དང་། མཆོན་ཉིད་མེད་  
 པའི་ཆོས་འཁོར་དུ་འགྱུར་པའི་བསྟན་བཅོས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། དེ་ཞིག་  
 མ་ཁྲལ། དེར་ཐལ། མཛོན་པ་མཛོད་ཅ་བ་ལྟ་བུ་བདེན་བཞིའི་ཆོས་འཁོར་  
 དང་། ཅ་བ་ཤེས་རབ་ལྟ་བུ་མཆོན་ཉིད་མེད་པའི་ཆོས་འཁོར་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 ཟེར་ན། ལུང་གི་ཆོས་འཁོར་དུ་གྱུར་པའི་བསྟན་བཅོས་ཡོད་པར་འདོད་ན།  
 འདི་ཡང་ཁས་སྐྱང་བར་བྱའོ། །ཅ་བར་འདོད་མི་རུས་ཏེ། འཁོར་ལོ་གསུམ་པོ་  
 དེ། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པའི་བཀའ་མ་ཡིན་ན། རྒྱུ་མ་འབྲིང་བསྐྱུས་གསུམ་  
 ཡང་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པའི་བཀའ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་པའི་ཕྱིར། འོན་ཀྱང་  
 ལུང་གི་ཆོས་འཁོར་དུ་གྱུར་པའི་བསྟན་བཅོས་ཡོད་པའི་ལུགས་ལྟར་ན། ཅ་



ཞེས་ལྟ་བུ་མཆན་ཉིད་མེད་པའི་ཆོས་འཁོར་ཡིན་ལ། བཀའ་བར་བ་མཆན་  
ཉིད་མེད་པའི་ཆོས་འཁོར་མ་ཡིན་ནོ། ཁ་ཅིག་འཁོར་ལོ་གསུམ་པོ་དེ་དུས་ཀྱི་  
སློན་ནས་འཛོག་རིགས་པར་ཐལ། བྱོད་ཀྱི་དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་  
ན། མི་འཐད་པར་ཐལ། ལེགས་བཤམ་སྟོང་པོ་ལས་དེ་ལྟར་མི་འཛོག་པར་  
གསུངས་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། སྟོན་མེད་དེ། དེ་ནི་དུས་ཅུང་དང་། སྟོན་པའི་སྤྱི་  
ཆའི་ཆོག་ས་ཁོ་ནས་མི་འཛོག་པའི་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་འཁོར་ལོ་  
མའི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་ཅན་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
དེའི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གཉིས་ཀའི་རིགས་ཅན་ཡོད་  
པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ལེགས་བཤམ་སྟོང་པོ་ལས། འདི་ནི་གཉིས་ཀའི་དབང་  
དུ་བྱས་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། སྟོན་མེད་དེ། དེ་ནི། འཁོར་  
ལོ་ཐ་མའི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱས་འཁོར་ལོ་བར་པའི་དགོངས་པ་རྫོགས་  
པར་རྟོགས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་འཁོར་ལོ་དང་པོའི་བརྗོད་བྱ་ཡང་རྫོགས་པར་  
རྟོགས་ཀྱས་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་གཟུགས་གཟུགས་ཞེས་  
པའི་ཐ་སྙད་འཇུག་པའི་འཇུག་གཞིར་རང་གི་མཆན་ཉིད་ཀྱིས་མ་གྲུབ་པར་  
ཐལ། གཟུགས་ནས་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་བར་གྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་ཉིད་རང་  
ཉིད་ཅེས་པའི་ཐ་སྙད་འཇུག་པའི་འཇུག་གཞིར་རང་གི་མཆན་ཉིད་ཀྱིས་མ་  
གྲུབ་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ལྟར་མ་གྲུབ་པ་ཡོངས་གྲུབ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

འདོད་ན། གཟུགས་གཟུགས་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་འཇུག་པའི་འཇུག་གཞིར་  
 ཀྱན་བཏགས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པ་གང་ཞིག་ འཇུག་གཞི་དེར་གཞན་  
 དབང་དང་། ཡོངས་གྲུབ་གང་རུང་ཡིན་ན། རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་  
 དགོས་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་དེར་ཐལ། སྦྱིར་གཞན་དབང་དང་ཡོངས་གྲུབ་གང་  
 རུང་ཡིན་ན། རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་དགོས་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན་མ་ཁྲབ།  
 ཁ་ཅིག་འདོད་དོ་གསུང་ཡང་། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། གཟུགས་གཟུགས་  
 ཞེས་ཐ་སྙད་བཏགས་པ་ལྟར་གཟུགས་སུ་ཁས་ལེན་རིགས་པའི་ཕྱིར། དེ་  
 ལྟར་མ་ཡིན་ན། འཇུག་གཞི་དེར་གཟུགས་འདུས་མ་བྱས་པ་རྟག་པ་ཡིན་  
 དགོས་པ་ལས་དེ་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གཟུགས་གཟུགས་འཛིན་  
 རྟག་པའི་ཞེན་གཞིར་གཟུགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གཟུགས་རང་  
 འཛིན་རྟག་པའི་ངོ་བོར་གཟུགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གཟུགས་ལ་  
 གཟུགས་སོ་ཞེས་འཛིན་པའི་རྟག་པ་དེ་རྟག་པ་དོན་མཐུན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 ཡང་ཁོ་ན་རེ། དེ་གཞི་དེར་ཀྱན་བཏགས་ཡིན་པར་ཐལ། གཞི་དེར་དངོས་པོ་  
 ཡིན་ན། གཞི་དེར་བདེན་པར་གྲུབ་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དངོས་པོ་  
 ཡིན་ན། བདེན་པར་གྲུབ་དགོས་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། འོ་ན། སེམས་ཅན་སངས་  
 རྒྱས་པའི་དུས་སུ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་སངས་རྒྱས་པའི་དུས་སུ་སངས་རྒྱས་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་སྟེ། སངས་རྒྱས་ཡིན་ན་ཡོད་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེས་ན།

གཟུགས་འཇུག་གཞི་དེར་རང་གི་མཆན་ཉིད་ཀྱིས་མ་གྲུབ་ཀྱང་། དེར་  
གཟུགས་ཡིན་པར་མི་འགལ་ཏེ། དེ་དེར་རང་གི་མཆན་ཉིད་ཀྱིས་མ་གྲུབ་  
པའི་དོན་ཟབ་པའི་སྤྱིར། ཁ་ཅིག་གཟུགས་གཟུགས་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་འཇུག་  
པའི་འཇུག་གཞིར་ཀུན་བཏགས་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འདྲ་བའི་འཇུག་གཞི་ཀུན་  
བཏགས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཟེར་ན། མ་ཐུབ། མ་གྲུབ་ན། གཟུགས་ཆོས་ཅན།  
ཁྱོད་ཁྱོད་ཅེས་པའི་ཐ་སྙད་འཇུག་པའི་འཇུག་གཞི་ཀུན་བཏགས་ཡིན་པར་  
ཐལ། ཁྱོད་ཁྱོད་ཅེས་པའི་ཐ་སྙད་བཏགས་པའི་བཏགས་ཆ་ཀུན་བཏགས་  
ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ངོ་བོ་ལ་ཀུན་བཏགས་པའི་ཀུན་བཏགས་ཡིན་  
པའི་སྤྱིར། མ་གྲུབ་ན། གཟུགས་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཁྱོད་ཅེས་པའི་ཐ་སྙད་  
བཏགས་པའི་བཏགས་ཆ་ངོ་བོ་ལ་ཀུན་བཏགས་པའི་ཀུན་བཏགས་ཡིན་པར་  
ཐལ། ཁྱོད་གཞི་གྲུབ་པའི་སྤྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། གཟུགས་ཡོད་པ་གཟུགས་  
མ་ཡིན་ཀྱང་། གཟུགས་ཡོད་པར་གཟུགས་སུ་ཁས་ལེན་དགོས་པའི་ཞིབ་ཆ་  
ཡོད་པའི་སྤྱིར།

གཉིས་པ་དབྱུ་མའི་ལུགས་བཤའ་པ་ལ་གསུམ། རང་རྒྱུད་པ་དང་།  
ཐལ་འགྱུར་བའི་ལུགས་བཤའ་པ། འདོད་ཚུལ་མི་འདྲ་བའི་བྱང་པར་ཡོད་  
པར་བསྟན་པའོ། དང་པོ་ལ། འཁོར་ལོ་གསུམ་གྱི་བྱང་དེས་གྱི་བྱང་པར་ཡོད་  
དེ། གྲུབ་དོན་དང་པོའི་སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་འཁོར་ལོ་དང་པོ་ཡིན་ན། བྱང་

དོན་གྱི་མདོ་ཡིན་པས་བྱུང་བ་དང་། བར་པའི་སྐབས་སུ་བསྟན་པའི་འཁོར་  
ལོ་བར་པ་ལ་བྱང་ངེས་གྱི་མདོ་གཉིས་ཡོད། ཐ་མའི་སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་  
འཁོར་ལོ་ཐ་མ་ལ་ཡང་བྱང་ངེས་གྱི་མདོ་གཉིས་ཡོད་པའི་བྱིར། བར་པ་ལ་  
གཉིས་ཡོད་དེ། ཤེས་རབ་སྙིང་པོ་བྱང་དོན་གྱི་མདོ་དང་། རྒྱས་འབྲིང་བསྟུས་  
གསུམ་ངེས་དོན་གྱི་མདོ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཐ་མ་ལ་ཡང་གཉིས་ཡོད་དེ།  
དགོངས་འབྲེལ་བྱམས་ཁུས་གྱི་ལེ་ཏུ་བྱང་དོན་གྱི་མདོ་དང་། དོན་དམ་ཡང་  
དག་འཕགས་ཁུས་གྱི་ལེ་ཏུ་ངེས་དོན་གྱི་མདོ་ཡིན་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་ཐལ་  
འགྱུར་བའི་ལུགས་ལ་བྱང་ངེས་གྱི་བྱུང་པར་ཡོད་དེ། སྤྱིར་འཁོར་ལོ་དང་པོ་  
ལ་བྱང་ངེས་གྱི་མདོ་གཉིས་ཡོད་ཀྱང་། བྱུང་དོན་དང་པོའི་སྐབས་ནས་དངོས་  
སུ་བསྟན་པའི་འཁོར་ལོ་དང་པོ་ལ་ངེས་དོན་གྱི་མདོས་བྱུང་བ་དང་། བར་  
པའི་སྐབས་ནས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་འཁོར་ལོ་བར་པ་ལ་ཡང་ངེས་དོན་གྱི་  
མདོས་བྱུང་ལ། ཐ་མའི་སྐབས་ནས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་འཁོར་ལོ་ཐ་མ་ལ་  
བྱང་དོན་གྱི་མདོས་བྱུང་པའི་བྱིར།

དབུ་མ་པ་གཉིས་གྱིས་མདོ་གང་ལ་བརྟེན་ནས་བྱང་ངེས་འབྲེད་པ་  
དང་། བརྗོད་བྱ་གང་སྟོན་པའི་སྒོ་ནས་བྱང་ངེས་འབྲེད་པའི་ཚུལ་ཡོད་དེ། སྒོ་  
གྲོས་མི་ཟད་པས་བསྟན་པའི་མདོ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲེད་པ་དང་། བརྗོད་བྱ་  
སྟོང་ཉིད་གཙོ་བོར་སྟོན་མི་སྟོན་གྱི་སྒོ་ནས་འབྲེད་པའི་བྱིར། དེ་ལྟར་ཡིན་ཏེ།

མདོ་དེ་གཉིས་ལས། དེས་པའི་དོན་གྱི་མདོ་སྡེ་ནི་གང་། བྱང་པའི་དོན་གྱི་མདོ་  
སྡེ་ནི་གང་ཞེ་ན། མདོ་སྡེ་གང་དག་ཀྱན་རྫོབ་སྦྱབ་པ་བསྟན་པ་དེ་དག་ནི་བྱང་  
པའི་དོན་ཞེས་བྱའོ་མདོ་སྡེ་གང་དག་དོན་དམ་སྦྱབ་པ་བསྟན་པ་དག་ནི་དེས་  
པའི་དོན་ཞེས་བྱའོ། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར།

གསུམ་པ་འདོད་ཚུལ་མི་འདྲ་བའི་བྱང་པར་ཡོད་པར་བསྟན་པ་ལ། ཁ་  
ཅིག་རྣམ་བཤད་ལས། མཚན་ཉིད་ལ་སྡེ་མ་པོར་དགོངས་པ་ནི། དགོངས་  
འགྲེལ་ལས། རོ་བོ་ཉིད་གསུམ་ལ་བདེན་པར་ཡོད་མེད་བྱང་པར་བྱེ་ནས་  
སྟོན་པའི་མདོ་སྡེ་བྱའོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་རྒྱུད་པའི་ལུགས་  
ལ་ཡང་། དོན་དམ་ཡང་དག་འཕགས་ཞུས་ཀྱི་ལེ་ཏུ་ཡང་བྱང་དོན་གྱི་མདོ་  
དང་། ཡང་། ཤེས་རབ་སྟོང་པོས་སྟོང་ཉིད་བསྟན་བྱའི་གཙུག་པོར་བྱས་ནས་  
བསྟན་པས་དེས་དོན་གྱི་མདོ་ཡིན་ཏེ། དེས་དོན་གྱི་མདོ་ཡིན་ན་སྦྱ་ཇི་བཞེན་  
དུ་ཁས་སྦྱང་དུ་རྒྱུད་པའི་མདོ་ཡིན་པས་མ་བྱུང་བེད། ཁ་ཅིག་ཐལ་འགྱུར་  
བའི་ལུགས་ལ་ལེ་ཏུ་བརྩུ་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་མདོ་སྡེ་དགོངས་འགྲེལ་  
ཡོངས་རྫོགས་ཀྱང་བྱང་དོན་གྱི་མདོ་ཡིན་ཏེ། ཐལ་འགྱུར་བའི་སྐབས་སུ།  
རྣམ་བཤད་ལས། དགོངས་འགྲེལ་ཉིད་སྦྱ་ཇི་བཞེན་པ་མ་ཡིན་པའི་བྱང་པའི་  
དོན་དང་། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར་བེད་ན། ལུགས་སྦྱ་མ་དང་འདི་གཉིས་ལ་  
དགོངས་པ་ལེན་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་མང་ཡང་། མཁས་བྱུང་གྱི་བཞེད་པ་ལྟར་ན།



སྒྲ་མའི་དོན་འདི་ལྟར་འཆད་དགོས་པར་མངོན་ཏེ། རྣམ་བཤད་ཀྱིས་མཆན་  
 ཉིད་ལ་ལྗེས་པོར་དགོངས་པའི་མདོ་སྡེ་བྲང་དོན་དུ་གསུངས་པ་ནི། དགོངས་  
 འགྲེལ་བྱམས་ཞུས་ཀྱི་ལེ་ཏུ་ལ་དགོངས་པའི་ཕྱིར། འོན་ཀྱང་ཁོ་བོའི་བསམ་  
 པ་ལྟར་ན། དེ་ནི་རྣམ་བཤད་ཚུལ་པ་པོས་རང་རྒྱུད་པའི་སྐབས་དང་མ་སྒྱུར་  
 བར་རང་གི་བཞེད་པ་དངོས་གནས་པ་བཤད་པར་སེམས་ཏེ། དེ་ཉིད་མཆན་  
 ཉིད་གསུམ་ལ་བདེན་པར་ཡོད་མེད་སྟེ་བའི་དོན་དམ་ཡང་དག་འཕགས་ཞུས་  
 ཀྱི་ལེ་ཏུ་འདི་མཆན་ཉིད་ལ་ལྗེས་པོར་དགོངས་པའི་མདོར་བཞེད་པར་སྒྲུང་  
 བའི་ཕྱིར། ཐལ་འགྱུར་བའི་སྐབས་སུ་རྣམ་བཤད་ལས་དགོངས་འགྲེལ་སྒྲ་རི་  
 བཞིན་པ་མ་ཡིན་པར་བཤད་པ་དང་། བྱམས་ཞུས་ཀྱི་ལེ་ཏུ་དེ་དང་། དོན་དམ་  
 ཡང་དག་འཕགས་ཞུས་ཀྱི་ལེ་ཏུ་ལ་དགོངས་པར་སེམས་ཏེ། དགོངས་འགྲེལ་  
 ཀྱི་མདོ་ཡོངས་རྫོགས་ངེས་དོན་གྱི་མདོར་བཞེད་པའི་རྒྱ་མཆན་ཡང་དག་  
 མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་ཡོངས་རྫོགས་བྱུང་དོན་ཐ་མའི་སྐབས་སུ་འདི་ནི་སྒྲ་  
 མ་མཆིས་ཞེས་ཉེ་ཆོག་སྒྲོས་པའི་མཆན་གཞིར་མི་འཛིན་པར་རྣམ་བཤད་  
 ལས་གསུངས་པ་དང་། སྒྱུན་རས་གཟིགས་དང་འཇམ་དབྱངས་སོགས་བྱང་  
 རྒྱུ་སེམས་དཔའ་གཞན་གྱིས་ཞུས་པའི་ནང་ནས་བརྗོད་བྱ་ལ་བརྟགས་ན་  
 ངེས་དོན་གྱི་མདོ་ཡོད་པར་གསལ་བའི་ཕྱིར། འདོད་ན། རང་རྒྱུད་པའི་སྐབས་  
 སུ་བྲང་ངེས་འབྱེད་ཚུ་ལ། འཕགས་སེང་ཡབ་སྲས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྱང་ན།

ལེགས་ལྷན་འབྲེད་དང་ཞི་འཚོ་ཡབ་སྐུ་དང་མཐུན་ནམ། མི་མཐུན་ཞེ་ན།  
ཁ་ཅིག་དེ་གཉིས་པོ་གང་དང་ཡང་མི་འདྲ་བར་བཞེད་ཀྱང་། རང་རེས་ནི། ཞི་  
འཚོ་ཡབ་སྐུ་དང་དྲང་རེས་འབྲེད་ཚུ་ལ་འདྲ་བར་འདོད་དེ། སློབ་དཔོན་  
འཕགས་སེང་རྣམ་གཉིས་ཞི་འཚོའི་ལྷགས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་བའི་བྱིར། དེ་  
ལྟར་ཡང་སྟོང་བུན་ལས། ཀ་མ་ལ་ཤྱི་ལའི་དབྱ་མ་སྤང་བ་དང་སྟོམ་རིམ་  
གསུམ་དང་། འཕགས་སེང་དང་། སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་ཞབས་དང་། ཨ་བྱ་  
ཀ་ར་ལ་སོགས་པའི་གཞུང་རྣམས་ཀྱང་ལྟ་བ་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་ཚུ་ལ་ཞི་  
བ་འཚོའི་ལྷགས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་བའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། ཞིབ་པར་  
ནི། རྗེའི་ལེགས་བཤའ་སྟོང་པོ། མཁས་བྱུང་རིན་པོ་ཆེའི་སྟོང་བུན་སོགས་  
ལས་ཤེས་པར་བྱའོ།

### ཡང་དག་མཐའ།

༥ འགྲེལ་པར། ཡུམ་གྱི་མདོ་དྲངས་པ་ནི། རབ་འབྱོར་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་ནི། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་གང་ཡིན་པ་དང་། རང་སངས་རྒྱས་  
ཀྱི་ལམ་གང་ཡིན་པ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་གང་ཡིན་པའི་ལམ་ཐམས་  
ཅད་བསྐྱེད་པར་བྱ་ཞིང་། ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་  
གསུམ་ལས། དང་པོ་ནི། ཁ་ཅིག་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་མདོན་སུམ་དུ་  
རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་དང་། གཟུགས་དང་གཟུགས་

འདྲིན་པའི་ཚད་མ་རྩལ་གཞན་གྱིས་སྟོང་པ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་  
ཤེས་དེ། རང་རྒྱལ་གྱི་ལམ་དང་། སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་  
ཤེས་དེ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་ཡིན་ཟེར་ན། དང་པོ་ལ། གང་ཟག་གི་བདག་  
མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན། བྱོད་ཡིན་ན་ཉན་ཐོས་ཀྱི་  
ལམ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། བྱོད་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
ཁས། འདོད་ན། རྣམ་མཁྱེན་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་  
ཐམས་ཅད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཉན་  
ཐོས་རང་རྒྱུད་གྱིས་བསྐྱུས་པར་ཐལ་ལོ། །

གཞན་ཡང་། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་རྣམ་  
མཁྱེན་དེ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་  
གནས་པའི་ལམ་གང་ཞིག་བྱོད་ཀྱི་དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་  
ཆོས་ཅན། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན།  
མཐར་ཐུག་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པར་ཐལ། མཐར་ཐུག་གི་ཐེག་པ་གང་ཞིག་ཉན་  
ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
ཕྱི་མ་སོང་། འདོད་ན། མཐར་ཐུག་ཐེག་པ་གསུམ་དུ་གྲུབ་པར་ཐལ། མཐར་  
ཐུག་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སངས་རྒྱས་སུ་མི་འགྱུར་  
བའི་སེམས་ཅན་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །གཞན་

ཡང་། གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་སྤངས་པའི་སྤངས་པ་དེ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་སྤངས་  
པ་ཡིན་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཉན་ཐོས་ཀྱི་སྤངས་  
འདས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དམན་པའི་སྤངས་འདས་  
ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཆད་པའི་སྤངས་འདས་ཡིན་པར་  
ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྣམས་ཏེ། ཁྱོད་རྒྱུད་ལྡན་གྱི་སངས་རྒྱས་  
འཕགས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེ་བཞིན་དུ་གཟུང་འཛིན་རྣམས་གཞན་གྱིས་སྟོང་  
པའི་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན། རང་རྒྱལ་གྱི་  
ལམ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་རྒྱུད་ལྡན་གྱི་སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཡོད་པའི་  
ཕྱིར། གཟུགས་ཕྱི་རོལ་དོན་འཛིན་གྱི་རྟོག་པ་སྤངས་པའི་སྤངས་པ་ཡང་།  
རང་རྒྱལ་གྱི་སྤངས་པར་ཐལ་བ་སོགས་སྤར་བཞིན་ནོ།

གཞན་ཡང་། སྤྱིས་བྱ་འབྲིང་གི་ལམ་ལ་འབྲིང་པར་གསུངས་པའི་དོན།  
སྤྱིས་བྱ་འབྲིང་གི་ལམ་དངོས་གནས་ལ་འབྲིང་རིགས་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་  
འབྲིང་པའི་ཆེ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་དང་མི་རྟག་སོགས་རྟོགས་པའི་ཡེ་  
ཤེས་ལ་འབྲིང་རིགས་པའི་ཕྱིར། བྱ་ལྟེ། དེ་འདྲ་བའི་ཡེ་ཤེས་དེ་སྤྱིས་བྱ་  
འབྲིང་གི་ལམ་དངོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་སོང་། འདོད་ན། ལྷུང་དུ་འཆང་  
རྒྱ་བར་འདོད་པའི་གང་ཟག་ཐོག་མར་ཐེག་དམན་ལམ་དུ་འབྲིང་རིགས་པར་  
ཐལ། དེ་སྤྱིས་བྱ་འབྲིང་གི་ལམ་ལ་འབྲིང་རིགས་པའི་ཕྱིར། བྱ་ལྟེ། སྐབས་

འདིར་ཉན་རང་གཉིས་ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་ཆུང་འབྲིང་གི་བྱང་  
 པར་ཡོད་ཀྱང་། དེ་གཉིས་ཐེག་པ་དམན་པའི་གང་ཟག་དུ་མཚུངས་པས་སྐྱེས་  
 བྱ་འབྲིང་དུ་འཛོག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཉན་རང་གི་ལམ་དེ་  
 བྱང་སེམས་ལམ་གྱི་གོ་ལ་སའི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེས་ན།  
 སྐྱེས་བྱ་འབྲིང་གི་ལམ་ལ་འབྲིང་པར་གསུངས་པའི་དོན་ཡང་ཡོད་དེ། དེ་ནི་  
 སྐྱེས་བྱ་འབྲིང་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་ལ་འབྲིང་པའི་དོན་ཡིན་གྱི། སྐྱེས་བྱ་  
 འབྲིང་གི་ལམ་དངོས་ལ་འབྲིང་པའི་དོན་མ་ཡིན་པར་བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་  
 ལས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། དེ་ལ་ཁོ་ན་རེ། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་མངོན་སུམ་  
 དུ་ཉོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་ཡིན་པར་ཐལ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་  
 ཡིན་ན་ཉན་ཐོས་རང་རྒྱད་ཀྱི་ལམ་ཡིན་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ངན་  
 འགོ་དང་། བདེ་འགོ་གང་རུང་གི་ལམ་ཡིན་ན། འགོ་བ་དེ་གཉིས་རང་རང་གི་  
 རྒྱད་ཀྱི་ལམ་ཡིན་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན་མ་བྱུང་། མ་བྱུང་ན། བདེ་འགོ་  
 བའི་རྒྱད་ཀྱི་མི་དགེ་བའི་ལས་ལམ་བརྩུ་པོ་ཆོས་ཅན། ངན་འགོ་བ་རང་རྒྱད་  
 ཀྱིས་བསྐྱུས་པར་ཐལ། ངན་འགོ་འི་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ངན་འགོ་འི་རྒྱད་ཀྱི་  
 དགེ་བའི་ལམ་བརྩུ་པོ་ཆོས་ཅན། བདེ་འགོ་བ་རང་རྒྱད་ཀྱིས་བསྐྱུས་པར་  
 ཐལ། བདེ་འགོ་འི་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པོ་ལ་འདོད་པར་མི་རུས་སོ།།  
 གུན་མཁྱེན་རོང་ཤིག་པ་ན་རེ། དམན་ལམ་སྒྲོན་དུ་མ་སོང་བའི་



བྱང་སེམས་ཀྱིས། ས་དང་པོར་ཉན་རང་གི་སྤངས་ཏྟགས་ཀྱི་རིགས་གཉིས་  
ཀ་རྫོགས་ཏེ། ས་དང་པོ་ནས་བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་ཏྟགས་པས་ཏྟགས་  
རིགས་རྫོགས། འཁོར་བར་འཆིང་བྱེད་ཀྱི་ཉན་སྒྲིབ་སྤངས་པས་སྤངས་  
རིགས་རྫོགས་ལ། བག་ལ་ཉལ་ཀྱི་ཉན་སྒྲིབ་ཉན་རང་དག་བཅོམ་པས་ཀྱང་  
མ་སྤངས་གསུངས། གསེར་སྤང་ལས། ས་དང་པོར་ཏྟགས་རིགས་རྫོགས་ཏེ།  
དེར་བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་ཏྟགས་པའི་བྱིར། ས་བརྒྱད་པར་སྤངས་  
རིགས་རྫོགས་ཏེ། དེར་ཉན་ཡིད་གནས་གྱུར་པའི་བྱིར་གསུངས། དེ་ལ་རྒྱལ་  
ཆ་བ་ཀྱི་རྣམ་བཤད་ལྟར་ན། ལུགས་དང་པོ་དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དམན་ལམ་  
སྟོན་དུ་མ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་ཀྱིས་བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་ཏྟགས་པ་  
ཅམ་ཀྱིས་ཉན་རང་གི་ཏྟགས་རིགས་རྫོགས་མི་རུས། ཉན་རང་དག་བཅོམ་  
པས་འཁོར་བར་འཆིང་བྱེད་ཀྱི་ཉན་མོངས་སྤངས་པས་བག་ལ་ཉལ་ཀྱི་ཉན་  
སྒྲིབ་དེ་ཉན་སྒྲིབ་ཡིན་ན་མ་སྤངས་པ་ཡང་མི་འཐད་པའི་བྱིར། དང་པོ་དེར་  
ཐལ། བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་ཏྟགས་པའི་ཉན་རང་སྟོབ་པ་ཡོད་ཀྱང་དེས་  
ཉན་རང་གི་ཏྟགས་རིགས་མ་རྫོགས་པའི་བྱིར། བྱི་མ་དེར་ཐལ། བག་ལ་ཉལ་  
ཀྱི་ཉན་སྒྲིབ་ཉན་སྒྲིབ་ཡིན་ན། ཉན་རང་དག་བཅོམ་པས་ཉན་སྒྲིབ་ཐམས་ཅད་  
སྤངས་པས། དེ་ཡང་སྟོང་དགོས་ལ། ཤེས་སྒྲིབ་ཡིན་ན། ཤེས་སྒྲིབ་སྤྲོ་མོ་  
ཡིན་དགོས་པས། འདིར་ཉན་རང་གི་སྤངས་ཏྟགས་ཀྱི་རིགས་ལམ་གང་ནས་

རྩོགས་དཔྱེད་པའི་སྐབས་སུ་དེ་ལྟར་བྱུང་བར་འབྱེད་ཆོས་སུ་མི་འཐད་པའི་  
བྱིར། འདིར་ཐེག་ཆེན་སྒོ་འབྱེད་ཀྱི་སྐས་བེན་ལྟར་ན། རྣམ་བཤད་རང་ལྷགས་  
ལ་བག་ལ་ཉལ་གྱི་ཉོན་སྐྱབ་དེ། །ཤེས་སྐྱབ་ཏུ་བཞེད་པ་འདྲ་བ་ཞིག་སྤང་ཡང་།  
དེ་ནི་ཉོན་སྐྱབ་ཀྱི་བག་ཆགས་ལ་དགོངས་སོ།།

མཁས་གྲུབ་ལྟར་ན། བག་ལ་ཉལ་གྱི་ཉོན་སྐྱབ་ཉོན་སྐྱབ་ཡིན་པར་ཐལ།  
བག་ཆགས་སུ་གྱུར་པའི་ཉོན་སྐྱབ་ཉོན་སྐྱབ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་  
ལྟར་མ་ཡིན་ན། ཉོན་སྐྱབ་ཅེས་སྒྲོས་པ་དོན་མེད་པའི་བྱིར། ལྷགས་གཉིས་པ་  
དེ་ཡང་མི་བཞེད་དེ། ཉོན་ཡིད་མེད་པའི་བྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་དག་མི་འཐད་  
པར་ཐལ། དམན་ལམ་སྒྲོན་དུ་མ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་ཀྱིས་ཉན་རང་གི་  
སྤངས་རྩོགས་ཀྱི་རིགས་རྩོགས་པ་དང་སངས་རྒྱས་པ་དུས་མཉམ་པའི་བྱིར།  
དེར་ཐལ། དེས་ཉན་རང་ལྟར་ཉོན་སྐྱབ་སྤང་བའི་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་སྤོང་བ་  
ལ་འབད་ན། དེ་ས་དང་པོའི་སྐབས་སུ་སྤོང་བྱས་ཀྱང་། །ཤེས་སྐྱབ་གཙོ་བོར་  
སྤོང་བའི་ཞར་ལ་ཉོན་སྐྱབ་སྤོང་བས་དེ་གཉིས་ཅིག་ཅར་དུ་སྤོང་བའི་བྱིར།  
དེར་ཐལ། སྤང་བྱངས་པའི་ཀྱན་བརྒྱས་ཀྱི་ལྷང་དེའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་དམན་ལམ་  
སྒྲོན་དུ་མ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་རྣམས་ཀྱིས་ཉན་རང་གི་སྤངས་རྩོགས་  
རྩོགས་པ་དང་སངས་རྒྱས་པ་དུས་མཉམ་བེར་ན། མི་འཐད་པར་ཐལ། ཐེག་  
ཆེན་རིགས་ངེས་ཀྱི་དམན་ལམ་སྒྲོན་དུ་མ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་ཀྱིས་

སངས་རྒྱལ་པའི་ཆེ། ཉན་རང་གི་སྤངས་ཉོགས་རྫོགས་པ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། དེས་དེའི་ཆེ་ཉན་རང་གི་སྤངས་ཉོགས་མངོན་དུ་བྱེད་པ་མི་སྲིད་  
པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་རྫོགས་སྤྱི་སྤངས་གསུམ་བྱས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན།  
སངས་རྒྱལ་འཕགས་པ་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། རྒྱལ་མཐའི་བར་ཆད་མེད་  
ལམ་ལ་གནས་པའི་བྱང་སེམས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
རྫོགས་སྤྱི་སྤངས་གསུམ་བྱས་ནས་སངས་རྒྱལ་ཁ་ཅིག་གང་ཟག་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱལ་ཁ་ཅིག་གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྱབ་པ་ཡོད་དེ།  
མཆོག་གི་སྤྱལ་སྤྱུས་དམན་ལམ་སྤོན་དུ་མ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་འཕགས་པ་  
ལ་རྫོགས་སྤྱི་སྤངས་གསུམ་བྱས་མ་བེན་པར་འདིར་བསྟན་ཡང་དག་པའི་  
མཐའ་མངོན་དུ་མི་བྱེད་པར་གདམས་པའི་ཤུགས་ལ་ཆོས་གསུམ་པོ་རྫོགས་  
བེན་རྗེས་སུ། འདིར་བསྟན་ཡང་དག་མཐའ་མངོན་དུ་བྱེད་པར་བསྟན་པའི་  
ཕྱིར།

གཞན་ཡང་། རྫོགས་སྤྱི་སྤངས་གསུམ་བྱས་པ་དང་སངས་རྒྱལ་པ་  
དུས་མཉམ་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཆོགས་གཉིས་  
རྫོགས་པ་དང་སངས་རྒྱལ་པ་དུས་མཉམ་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་  
མི་རུས་ཏེ། སྤོན་ལ་ཆོགས་གཉིས་རྫོགས་ནས་འཆང་རྒྱལ་བའི་གོ་རིམ་དགོས་  
པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རིགས་པ་དྲུག་ཅུ་པ་ལས། དགེ་བ་འདི་ཡིས་སྤྱི་བོ་

ཀུན། །བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཚོགས་རྫོགས་ཤིང་། །བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་  
 ལས་བྱུང་བའི། དམ་པ་གཉིས་པོ་ཐོབ་པར་ཤོག། །ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
 དེ་ལ་ཁོ་ན་རེ། ཚོགས་གཉིས་རྫོགས་པ་དང་སངས་རྒྱས་པ་དུས་མཉམ་པར་  
 ཐལ། སྤྱི་བ་གཉིས་སྤངས་པ་དང་སངས་རྒྱས་པ་དུས་མཉམ་པའི་ཕྱིར། ཟེར་  
 བ། མ་ཁྲལ། ཁ་ཅིག་རང་གིས་སྟོན་ལམ་གང་བཟུང་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་  
 ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་དེ། སྟོན་ལམ་རྫོགས་པའི་ཚད་ཡིན་ཟེར་ན། སངས་  
 རྒྱས་འཕགས་པ་ཚོས་ཅན། རང་གིས་སྟོན་ལམ་གང་བཟུང་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 དོན་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་ཐལ། སྟོན་ལམ་རྫོགས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་ཟིན་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པས་  
 སེམས་ཅན་འཆང་རྒྱ་བར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་སྟོན་ལམ་བཟུང་པའི་དོན་ཐམས་  
 ཅད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་སྟོན་ལམ་གང་བཟུང་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་བཞེད་དོན་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་ཕྱིར། ཏྲགས་ཁས། གཞན་ཡང་།  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་ཞིང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཐམས་  
 ཅད་ལས་གྲོལ་ཟིན་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པས་སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་བདེ་བ་ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་ལས་གྲོལ་  
 འགྱུར་ཀྱི་སྟོན་ལམ་བཟུང་པ་གང་ཞིག་ བློད་ཀྱི་དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར།

འདོད་ན། རན་སོང་གསུམ་གྱི་སེམས་ཅན་མེད་པར་ཐལ་ལོ། ཁ་ཅིག་ཆོས་  
 ཉིད་ལ་མཉམ་པར་བཞག་བཞིན་པའི་ངང་ནས་གཞན་དོན་འབད་མེད་ལྷན་  
 གྲུབ་ཏུ་བྱེད་རུས་པ་དེ། སློན་ལམ་རྫོགས་པའི་ཆད་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་  
 པར་ཐལ། བྱང་སེམས་རྒྱན་མཐའ་བས་སློན་ལམ་རྫོགས་ཀྱང་། གཞན་དོན་  
 འབད་མེད་ལྷན་གྲུབ་ཏུ་བྱེད་མི་རུས་པའི་བྱིར། བྱི་མ་དེར་ཐལ། དེ་ལ་ཀྱན་  
 སློང་གི་རྟོག་པ་སྤྲ་མའི་བག་ཆགས་ཡོད་པས། དེ་ཡོད་པ་དེ་སྤྱིད་གཞན་དོན་  
 འབད་མེད་ལྷན་གྲུབ་ཏུ་མི་རུས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེས་འབད་ཚུ་ལ་སྤྲ་མའི་  
 རྒྱ་ཀྱན་སློང་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་མ་སྤངས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། བདེན་  
 འཛིན་བགས་ཆགས་དང་བཅས་པ་མ་སྤངས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། སེམས་  
 ཅན་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་རང་ཉིད་གང་དུ་གནས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་  
 དེར་འཁོར་མངོན་ཤེས་ལྷ་ལྷན་ཤིག་ལྷག་འབྱུང་བའི་སློན་ལམ་གྱི་དོན་ཡོངས་  
 སུ་རྫོགས་པ་དེ། སྤྱི་ལ་སྤྱིའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་སློན་ལམ་རྫོགས་པའི་ཆད་  
 དང་། རང་ཉིད་གང་དུ་གནས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་དེར་འཁོར་བྱང་  
 སེམས་འཕགས་པ་ཤིག་ལྷག་འབྱུང་བའི་སློན་ལམ་གྱི་དོན་ཡོངས་སུ་རྫོགས་  
 པ་དེ། ཡོངས་སྤྱིའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་སློན་ལམ་རྫོགས་པའི་ཆད་ཡིན་ཟེར་བ་  
 དང་། ཡང་དེ་གཉིས་སོ་སོ་ནས་སྤྱི་ལ་སྤྱི་དང་ཡོངས་སྤྱི་གཉིས་སོ་སོའི་དབང་  
 དུ་བྱས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་སྤངས་པའི་ཆད་ཡིན་ཟེར་ན། སློན་པ་ཤུག་ཐུབ་



བ་ཆོས་ཅན། སྐུལ་སྐྱེའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་སྟོན་ལམ་རྫོགས་ཆད་དེ་དང་ཞིང་  
 སྐྱུངས་ཆད་དེ་བྱས་ཟེན་པར་ཐལ། སྐུལ་སྐྱེའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་སྟོན་ལམ་  
 ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་གང་ཟག་དང་ཞིང་སྐྱུངས་པའི་ཆད་རྫོགས་པའི་གང་  
 ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 འདོད་ན། སྟོན་པའི་ཞིང་འདིར་གནས་པའི་འཁོར་ཡིན་ན། མངོན་ཤེས་ལྷ་  
 ལྡན་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་སོ། དེ་བཞིན་དུ་  
 ཡོངས་སུ་སྐྱེའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་སྟོན་ལམ་རྫོགས་པ་དང་ཞིང་སྐྱུངས་པ་ལའང་  
 སྐྱར་རོ། ཁ་ཅིག རང་ཉིད་གང་དུ་སངས་རྒྱ་འགྱུར་གྱི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་  
 དེར་འཁོར་མངོན་ཤེས་ལྷ་ལྡན་དང་བྱང་སེམས་འཕགས་པ་ལ་སྟག་འགྱུར་  
 བའི་རྒྱུའི་དགོ་བའི་རྩ་བའི་རྒྱས་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་གཉིས་སོ་སོ་ནས།  
 སྐུལ་སྐྱེ་དང་ཡོངས་སུ་སྐྱེའི་ཞིང་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་སྐྱུངས་པའི་ཆད་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་ཡང་མི་འཐད་པར་ཐལ། སྟོན་  
 བ་ལྟུ་ཐུབ་པས་ཡོངས་སུ་སྐྱེའི་ཞིང་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་སྐྱུངས་པའི་ཆད་རྫོགས་ཀྱང་། དེ་གང་དུ་འཆང་རྒྱ་  
 འགྱུར་གྱི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་སངས་རྒྱས་  
 འགྱུར་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་སངས་རྒྱས་དགོས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 དེར་ཐལ། དེ་སངས་རྒྱས་ཟེན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་ཁྱད་

པར་ཅན་འགྲུབ་པའི་དགེ་ཅ་སྟེན་པ་དེ། སངས་རྒྱལ་གྱི་ཞིང་སྤྱངས་པའི་ཆད་  
དང་། ཡང་། སངས་རྒྱལ་རང་སྤྱང་ལ་ཞིང་དག་པ་རབ་འབྲུམས་འབའ་ཞིག་  
ཏུ་སྤྱང་བའི་རྒྱས་པ་རྫོགས་པ་དེ། སངས་རྒྱལ་གྱི་ཞིང་སྤྱངས་པའི་ཆད་ཡིན་  
ཟེར་ན། དང་པོ་ལ། བྱས་སེམས་ས་བརྒྱད་པ་བ་ཆོས་ཅན། སངས་རྒྱལ་གྱི་  
ཞིང་སྤྱངས་པའི་ཆད་རྫོགས་པར་ཐལ། སངས་རྒྱལ་གྱི་ཞིང་བྱད་པར་ཅན་  
འགྲུབ་པའི་དགེ་ཅ་སྟེན་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། ཞིང་དག་  
སྦྱོར་བ་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། བྱང་སེམས་རྒྱན་མཐའ་  
བ་ཡིན་པར་ཐལ། སངས་རྒྱལ་གྱི་ཞིང་སྤྱངས་པའི་ཆད་རྫོགས་པའི་སེམས་  
ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར། གཉིས་པ་ལ། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། སངས་རྒྱལ་  
འཕགས་པ་རང་སྤྱང་ལ་ཞིང་དག་པ་རབ་འབྲུམས་འབའ་ཞིག་ཏུ་མི་སྤྱང་བའི་  
སྤྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ལ་མ་དག་པའི་ཞིང་སྤྱང་བའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ལ་ཆོས་  
ཐམས་ཅད་སྤྱང་བའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། དེས་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྤྱང་བའི་སྟོན་ས་  
མངོན་སུམ་དུ་རྫོགས་པའི་སྤྱིར། མ་གྲུབ་ན་སྟོན། །ཁ་ཅིག་རང་གི་སྦྱོང་དོས་  
གྱི་གདུལ་བྱ་ཐམས་ཅད་སྦྱིབ་པ་དངོས་སུ་སྦྱོང་རུང་དང་གཉིན་པོ་དངོས་སུ་  
སྦྱི་རུང་དུ་བྱས་པ་དེ། སེམས་ཅན་སྟེན་པའི་ཆད་ཡིན་ཟེར་ན། འོ་ན། རྟོན་པ་  
སངས་རྒྱལ་གྱི་སྦྱོང་དོས་གྱི་གདུལ་བྱ་ཡིན་ན། སྦྱིབ་པ་དངོས་སུ་སྦྱོང་རུང་  
ཡིན་པས་བྱུང་བར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་སྤྱིར་ འདོད་ན། དེའི་འཁོར་

དུ་གྲུར་པའི་སོ་སའི་སྐྱེ་བོ་མེད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། ཁ་ཅིག་སེམས་ཅན་སྒྲིན་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། སེམས་ཅན་སྒྲིན་པའི་ཆད་རྫོགས་པས་བྱུང་བེད་ན། བྱང་སེམས་མཐོང་ལམ་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་འཕགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། བྱང་སེམས་རྒྱན་མཐའ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པ་གང་ཞིག་སེམས་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་དེ་བཞིན་ཉིད་འདིར་བསྟན་གདམས་དོན་གཙོ་བོར་གྲུར་པའི་ཡང་དག་མཐའ་དང་། དེ་མངོན་དུ་བྱས་པ་འདིར་བསྟན་གདམས་དོན་གཙོ་བོར་གྲུར་པའི་ཡང་དག་མཐའ་མངོན་དུ་བྱས་པའི་ཆད་དང་། ཡང་ཁ་ཅིག་ཆད་པའི་བྱང་འདས་འདིར་བསྟན་གདམས་དོན་གཙོ་བོར་གྲུར་པའི་ཡང་དག་མཐའ་དང་དེ་མངོན་དུ་བྱས་པ་འདིར་བསྟན་གདམས་དོན་གཙོ་བོར་གྲུར་པའི་ཡང་དག་མཐའ་མངོན་དུ་བྱས་པའི་ཆད་ཡིན་ཟེར་ན། ལྷགས་དང་པོ་མི་འཐད་པར་ཐལ། མཆོག་གི་སྒྲུལ་སྒྲུས་དམན་ལམ་སྒྲོན་དུ་མ་སོང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་རྫོགས་སྒྲིན་སྒྲུངས་གསུམ་མ་བྱས་པའི་སྒྲོ་རོལ་དུ་འདིར་བསྟན་གདམས་དོན་གཙོ་བོར་གྲུར་པའི་ཡང་དག་མཐའ་མངོན་དུ་མ་བྱེད་ཅིག་ཅེས་གདམས་པ་གང་ཞིག་བྱོད་ལྟར་ན་དེ་ལྟར་གདམས་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། མདོ་ལས། སྒྲོན་ལམ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་མ་བྱས་པ་དང་། སེམས་ཅན་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པར་མ་བྱས་པ་

དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་ཡོངས་སུ་སྦྱངས་པར་མ་བྱས་པར་དེ་དག་ཡང་  
དག་པའི་མཐའ་མངོན་སུམ་དུ་ནི་མི་བྱའོ། །ཞེས་དང་། སྤྱད་པ་ལས། །དེ་དག་  
དག་པའི་རྩ་བ་ཇི་སྤྱད་མ་རྫོགས་པར་། །དེ་སྤྱད་སྟོང་ཉིད་དམ་པ་དེ་ཉིད་ཐོབ་  
མི་བྱེད། །ཅེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། སྤྱི་མ་དེར་ཐལ། དེ་བཞིན་ཉིད་མངོན་དུ་  
བྱས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཡིན་དགོས་པ་གང་ཞིག་  
སངས་རྒྱས་མ་ཐོབ་བར་དུ་སངས་རྒྱས་མངོན་དུ་མ་བྱེད་ཅེས་གདམས་མི་  
རིགས་པའི་སྤྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་སྦྱར་མི་ལྡང་བའི་ཚུལ་  
གྱིས་མཉམ་པར་བཞག་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཡིན་  
དགོས་པའི་སྤྱིར། སྟོ་བྱར་ངི་བལ་གྱི་འགོག་པ་འདིར་བསྟན་གདམས་དོན་  
གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཡང་དག་མཐའ་ཡིན་ཟེར་བ་ཡང་དེས་ཁེགས་སོ། །གོང་  
གི་ལུགས་གཉིས་པ་ཡང་མི་འཐད་པར་ཐལ། མཆོག་གི་སྤྱལ་སྤྱས་དམན་  
ལམ་སྟོན་མ་སོང་གི་བྱང་སེམས་ལ་ཆོས་གསུམ་རྫོགས་རྗེས་སུ་འདིར་  
བསྟན་ཡང་དག་མཐའ་མངོན་དུ་སྟོས་ཤིག་ཅེས་གདམས་པ་གང་ཞིག་  
རྫོགས་མིན་སྦྱངས་གསུམ་བྱས་རྗེས་སུ་ཆད་པའི་བྱང་འདས་མངོན་དུ་བྱེད་  
པའི་གང་ཟག་མེད་པའི་སྤྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། དུམ་གྱི་མདོ་ལས། བྱང་ཆེན་  
གྱི་དག་པའི་རྩ་བ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ནམ་མཁུན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་  
པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སྦྱོན་པར་གྱུར་པ་ན། ཡང་དག་པའི་མཐའ་དམ་པ་མངོན་དུ་

བྱུང་། ། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། བྱི་མ་དེར་ཐལ། རྫོགས་སྒྲིན་སྐྱངས་གསུམ་  
 བྱས་རྩེས་སུ་ཐེག་དམན་ལམ་དུ་ལྷུང་བའི་གང་ཟག་མེད་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག  
 འདིར་བསྟན་ཡང་དག་མཐའ་ཡིན་ན། འདིར་བསྟན་གདམས་དོན་གཙོ་བོར་  
 གྱུར་པའི་ཡང་དག་མཐའ་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ།  
 འདིར་བསྟན་གདམས་དོན་པལ་པར་གྱུར་པའི་ཡང་དག་མཐའ་ཡོད་པའི་  
 བྱིར། དེར་ཐལ། གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་སྐྱངས་པའི་སྐྱངས་པ་དེ་དེ་ལྟར་  
 ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ལམ་དང་པོའི་སྐྱངས་རིགས་གང་ཞིག དེ་ལྟར་  
 ན་དེ་འདིར་བསྟན་གདམས་དོན་གྱི་ཡང་དག་མཐའ་ཡིན་དགོས་ལ། འདིར་  
 གདམས་དོན་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཡང་དག་མཐའ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། དང་པོ་  
 དེར་ཐལ། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྫོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་  
 ལམ་དང་པོའི་རྫོགས་རིགས་ཡིན་པའི་བྱིར། གསུམ་པ་དེར་ཐལ། ལྷག་མེད་  
 ཟུང་འདས་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེར་གྱུར་པའི་ལྷག་བཅས་ཟུང་  
 འདས་ཡོད་པའི་བྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་ལ་གཙོ་པལ་གྱི་བྱུང་པར་ཡོད་པར་  
 ཐལ། འདིར་བྱུང་པ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱབ་བསྐྱལ་ཉེ་བར་ཞི་བའི་ཟུང་འདས་དེ།  
 ཆོས་གསུམ་མ་རྫོགས་གོང་དུ་མངོན་དུ་མ་བྱེད་ཅིག་ཅེས་གཙོ་བོར་  
 གདམས་པའི་ཞར་ལ་བྱུང་པ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་དུག་བསྐྱལ་མ་སྐྱངས་པའི་ཟུང་  
 འདས་དེ་ཡང་གོང་དུ་མངོན་དུ་མ་བྱེད་ཅེས་གདམས་པ་ཞིག་ཐོབ་པ་དང་།



དམན་ལམ་སྒྲོན་དུ་མ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་ལ་གདམས་པའི་ཞར་ལ་དམན་  
ལམ་སྒྲོན་སོང་གི་བྱང་སེམས་ལ་ཡང་གདམས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག  
འདྲིར་བསྟན་ཡང་དག་མཐའ་ཡིན་ན། ཡང་དག་མཐའ་ཡིན་པས་བྱུང་བ་ན།  
དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། འདྲིར་བསྟན་ཡང་དག་མཐའ་དེ་ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པ་  
གང་ཞིག ཡང་དག་མཐའ་ཡིན་ན་སྟོང་ཉིད་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་དེར་  
ཐལ། དབྱས་མཐའ་ལས། །སྟོང་པ་ཉིད་ནི་མདོར་བསྟུས་ན། །དེ་བཞིན་ཉིད་  
དང་ཡང་དག་མཐའ། །མཚན་མ་མེད་དང་དོན་དམ་དང་། །ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་  
ཀྱི་རྣམ་གྲངས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་མདོན་སུམ་དུ་  
རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས། ལམ་དང་པོའི་རྟོགས་རིགས་དང་། དེ་བཞིན་དུ། གཟུང་  
འཛིན་རྣམས་གཞན་གྱིས་སྟོང་པའི་སྟོང་ཉིད་མདོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་  
ཤེས་དང་། སྟོང་ཉིད་མདོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་གཉིས་ཀྱང་རིམ་བ་  
བཞིན་དུ་ལམ་གཉིས་པ་དང་གསུམ་པའི་སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་རྟོགས་  
རིགས་སོ། གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་སྤངས་པའི་སྤངས་པ་དང་། གཟུགས་  
ཕྱི་རོལ་དོན་འཛིན་གྱི་རྟོག་པ་སྤངས་པའི་སྤངས་པ་དང་། བདེན་འཛིན་  
སྤངས་པའི་སྤངས་པ་གསུམ་རིམ་བ་བཞིན་དུ་ལམ་གསུམ་སོ་སོའི་སྐབས་  
ནས་བསྟན་པའི་སྤངས་རིགས་ཡིན་ཀྱང་། དེ་དག་འདྲིར་བསྟན་གདམས་དོན་

གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཡང་དག་མཐའ་མ་ཡིན་ནོ། །ཆོས་ཉིད་ལ་མཉམ་པར་  
 བཞག་བཞིན་པའི་ངང་ནས་གཞན་དོན་འབད་མེད་སྐྱོན་གྲུབ་ཏུ་བྱེད་རྒྱས་  
 པའི་དགོ་ཅིའི་རྒྱས་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་དེ། སྒྲོན་ལམ་རྫོགས་པའི་ཆད་  
 དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་ཁྱད་པར་ཅན་འབྲུབ་པའི་དགོ་ཅིའི་རྒྱས་པ་ཡོངས་  
 སུ་རྫོགས་པ་དེ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་སྤངས་པའི་ཆད་དང་། རང་ཉིད་གང་དུ་  
 སངས་རྒྱས་པའི་ཚུ་ལ་མཛད་པའི་སྐྱལ་སྐྱའི་ཞིང་ཁྱད་པར་ཅན་དེར་འཁོར་  
 མཛོན་ཤེས་ལྷ་ལྷན་ཤུག་ལྟག་འབྲུང་བའི་རིགས་སུ་གནས་པའི་དགོ་ཅིའི་རྒྱས་  
 པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་དེ། སྐྱལ་སྐྱའི་ཞིང་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་  
 པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་སྤངས་པའི་ཆད་དང་། རང་ཉིད་གང་དུ་སངས་རྒྱས་  
 པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་དེར་འཁོར་བྱང་སེམས་འཕགས་པ་ཤུག་ལྟག་འབྲུང་  
 བའི་རིགས་སུ་གནས་པའི་དགོ་ཅིའི་རྒྱས་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་དེ། ཡོངས་  
 སྐྱའི་ཞིང་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་སྤངས་  
 པའི་ཆད་དང་། ཞིང་བྱེ་བ་ཕྱག་བརྒྱར་སྐྱའི་བཀོད་པ་གངས་མེད་པ་དང་། སྐྱ་  
 རེ་རེའི་མདུན་དུ་འཁོར་སེམས་ཅན་གངས་མེད་པ་ལ། ཆོས་ཆིགས་བཅད་  
 རེ་རེ་བསྟན་པས་ཀྱན་ཀྱང་སྒྲིན་གྲོལ་ཅི་རིགས་ལ་འགོད་རྒྱས་པའི་དགོ་ཅིའི་  
 རྒྱས་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་དེ། སེམས་ཅན་སྒྲིན་པའི་ཆད་རྫོགས་པའི་དོན་  
 ནོ། །

སྤྱིར་སེམས་ཅན་གྱི་བྱང་པར་འགའ་ཞིག་སྤྱིན་པའི་དོན་ནི། དཔེར་ན།  
ནག་སྤྱིན་པ་བརྟེན་ཆོག་པ་དང་། ཞིང་ཐོག་སྤྱིན་པ་ལོངས་སྤྱད་རུང་བ་ལྟར།  
སེམས་ཅན་དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་མཐོང་སྤང་དངོས་སུ་སྤྱོད་རུང་དང་། གཉིན་པོ་  
མཐོང་ལམ་དངོས་སུ་སྤྱོད་རུང་བའི་དོན་ཡིན་ཏེ། མདོ་སྤྱི་རྒྱན་ལས། །རི་ལྟར་  
མ་དང་བས་ལ་དེ་དག་གི། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པའི་བྱིར། བྱང་སེམས་  
ཀྱིས་ཆོས་གསུམ་མ་རྫོགས་པའི་སྤྱོད་ལ་ཏུ་མདོན་དུ་བྱེད་ཀྱས་ཀྱང་མི་བྱེད།  
རྫོགས་རྗེས་སུ་མདོན་དུ་བྱེད། གལ་ཏེ་མ་བྱས་པའི་སྤྱོད་ལ་ཏུ་མདོན་དུ་བྱས་  
ན་ནི་མཐར་ཕྱུང་བའི་དགག་བྱ་དང་ལྡན་པའི་བྱིས་པ་འདྲུ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱལ་  
ཉེ་བར་ཞི་བའི་ཉེར་ཞིའི་དབྱིངས་དེ། འདིར་བསྟན་གདམས་དོན་གཙོ་བོར་  
གྱུར་པའི་ཡང་དག་མཐའི་དོ་བོའམ། ཡང་ན་མཆན་ཉིད་དུ་རུང་། དེ་ལ་ཐེག་  
པ་ཆེ་ཆུང་གི་དབང་དུ་བྱས་པའི་ཡང་དག་མཐའ་གཉིས་ཡོད། བྱིས་པ་འདྲུ་  
བྱེད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱལ་ཉེ་བར་ཞི་བའི་ཉེར་ཞིའི་དབྱིངས་ལ་དུས་ནམ་ཡང་སྤྱར་  
མི་ལྡང་བའི་ཚུལ་གྱིས་མཉམ་པར་བཞག་པ་དེ། ཐེག་ཆེན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་  
པའི་འདིར་བསྟན་གདམས་དོན་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཡང་དག་མཐའ་མདོན་དུ་  
བྱས་པའི་ཆད་དང་། ཞི་བདེས་སྤྱགས་སྤོགས་པའི་སྤྱོད་ནས་བྱིས་པ་འདྲུ་བྱེད་  
ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱལ་ཉེ་བར་ཞི་བའི་ཉེར་ཞིའི་དབྱིངས་ལ་རང་གི་བསམ་དོ་ལ་  
སྤྱོས་ཏེ་སྤྱར་མི་ལྡང་བའི་ཚུལ་གྱིས་མཉམ་པར་བཞག་པ་དེ། ཐེག་དམན་གྱི་

དབང་དུ་བྱས་པའི་དེ་མངོན་དུ་བྱས་པའི་ཆོད་ཡིན་ལ། བྱང་སེམས་འཕགས་  
 པ་རྣམས་འདིར་བསྟན་གདམས་དོན་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཡང་དག་མཐའ་  
 མངོན་དུ་བྱེད་པའི་དུས་དང་དུས་མ་ཡིན་པ་ལ་མཁས་པས་འཕགས་པ་དེ་  
 རྣམས་ཀྱིས་ཆོས་གསུམ་མ་རྩོགས་པའི་གོང་དེར་དེ་མངོན་དུ་བྱེད་པ་མི་  
 སྲིད་ཀྱང་། མཆོག་གི་སྒྲུལ་སྒྲུས་དམན་ལམ་སྟོ་དུ་མ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་  
 འཕགས་པ་རྣམས་དང་། བྱང་པར་ས་བརྒྱད་པ་བ་ལ་གདམས་པ་དེ་རྟག་པ་  
 མཐའ་བཟུང་ཅམ་ཡིན་གྱི། ས་བརྒྱད་པ་ནས་མི་རྟག་ཡེ་ཤེས་ལ་གོམས་པ་  
 དབང་སྒྱུར་ཐོབ་པས། འདིར་བསྟན་ཡང་དག་མཐའ་མངོན་དུ་བྱེད་དོ་སྟམ་  
 པའི་དོགས་པ་རྟག་ལྡན་ལ་འབྱུང་མི་སྲིད་ལ། དེས་ན་དེ་ལ་ཆོས་གསུམ་མ་  
 རྩོགས་པའི་གོང་དེར་དེ་མངོན་དུ་མ་བྱེད་ཅིག གལ་ཏེ་མངོན་དུ་བྱེད་ན་བྱ་བ་  
 པ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲུག་བསྐལ་ཉེ་བར་ཞི་བའི་ཉེར་ཞིའི་དབྱིངས་ལ་ཞི་བདེས་  
 ཐུགས་སྒོགས་པའི་སྒྲོ་ནས་ཡུན་རིང་དུ་འཇུག་པར་འགྱུར་བས། གཟུགས་  
 སྒྱའི་རྒྱ་རྩེ་ས་ཐོབ་ཏུ་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོགས་གསོག་པ་ལས་ཉམས་པར་  
 འགྱུར་རོ་ཞེས་གདམས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར།

འདིར་སྦྱིར་བཏང་དམིགས་བསལ་གྱི་བྱང་པར་ཡོད་དེ། ལམ་གསུམ་  
 ཀྱི་བྱ་བ་བྱེད་པར་སྦྱིར་བཏང་ནས། འོན་ཀྱང་ཆོས་གསུམ་མ་རྩོགས་པའི་  
 བར་དུ་འདིར་བསྟན་གདམས་དོན་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཡང་དག་མཐའ་མངོན་

དུ་མི་བྱའོ་ཞེས་དམིགས་གྱིས་བསལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་ཚེད་པ་སྟོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་མངོན་  
སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ། ཉན་ཐོས་གྱི་ལམ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔས་ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཉན་ཐོས་གྱི་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་  
ཐལ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་ཤེས་མཐོང་གིས་བསྟན་ནས་འདའ་བར་བྱ་  
བའི་ཉན་ཐོས་གྱི་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཉན་ཐོས་གྱི་ལམ་ནི་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔས་ཡོངས་སུ་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡིན་གྱི། ཞེས་གསུངས་པའི་  
ཕྱིར། ཟེར་ན་མ་ཐུབ། ཁ་ཅིག་དེ་ཉན་ཐོས་གྱི་ལམ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འདྲིར་  
བསྟན་ཤེས་བྱའི་ཉན་ཐོས་གྱི་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཐུབ། མ་ཐུབ་  
ན། དེར་ཐལ། དེ་ཉན་ཐོས་གྱི་ལམ་གང་ཡིན་པ་དང་། ཞེས་པའི་དངོས་བསྟན་  
གྱི་ཉན་ཐོས་གྱི་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། དེ་ཉན་ཐོས་གྱི་ལམ་ཡིན་  
པར་ཐལ། རྣམ་གཞག་གི་དབང་དུ་བྱས་པའི་ཉན་ཐོས་གྱི་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
ཟེར་ན་ཡང་། མ་ཐུབ།

ཁ་ཅིག་དེ་ལ་ཐུབ་པ་ཡོད་དེ། སྤྱི་བའི་རྟོན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་ཉན་  
ཐོས་གྱི་ལམ་ཡིན་ན། ཉན་ཐོས་གྱི་ལམ་ཡིན་པས་ཐུབ་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན་ཡང་།  
རང་རེས་མ་ཐུབ་པོ། དེ་བཞིན་དུ་གཟུགས་དང་གཟུགས་འཛིན་པའི་ཆོད་མ་  
རྫས་གཞན་གྱིས་སྟོང་པའི་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་རང་



རྒྱལ་གྱི་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་ཐལ་བ་འཕེན་པ་ལ་ཡང་རིགས་འགྲོའོ།  
ཁ་ཅིག་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་  
མ་ཡིན་པར་ཐལ། གོང་གི་དམ་བཅའ་དེ་དག་འཐད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། འདི་ལ་  
མང་པོས་བཏང་སྟོམས་སུ་མཛད་པར་སྒྲུབ་ཡང་། འདོད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་སངས་  
རྒྱས་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་ལམ་ཡིན་མོད། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་  
མ་དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་ཡིན་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་རང་  
རྒྱུད་ཀྱིས་བསྐྱས་པའི་ལམ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཉན་རང་བྱང་  
སེམས་གང་རུང་གི་ལམ་ཡིན་ན། དེ་གསུམ་གང་རུང་གི་རྒྱུད་ཀྱིས་བསྐྱས་  
པའི་ལམ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ངན་འགྲོའི་ལམ་ཡིན་ན་ལམ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། ཉན་ཐོས་  
ཀྱི་ལམ་ཡིན་ན། ལམ་ཡིན་པས་བྱལ། རང་རྒྱལ་གྱི་ལམ་ཡིན་ན་ལམ་ཡིན་  
པས་བྱལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་ཡིན་ན་ཡང་ལམ་ཡིན་པས་བྱལ་པའི་ཕྱིར་  
ཟེར་ན། མ་བྱལ། ཁ་ཅིག་དམན་ལམ་སྟོན་དུ་མ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་ཡིན་  
ན། སངས་རྒྱས་པ་དང་སྤྱི་བ་གཉིས་ཅིག་ཅར་དུ་སྟོང་བ་དུས་མཉམ་པས་བྱལ་  
པར་ཐལ། དམན་ལམ་སྟོན་དུ་མ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་དུས་  
མཉམ་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། མ་བྱལ། འདོད་ན། ཐེག་དམན་དག་བཅོམ་གྱི་རྟོགས་  
པ་མངོན་དུ་བྱེད་ངེས་ཀྱི་དམན་ལམ་སྟོན་དུ་མ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་ཚོགས་

ལམ་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེས་སྒྲིབ་གཉིས་  
ཅིག་ཅར་དུ་མི་སྟོང་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་སྒྲིབ་གཉིས་རིམ་ཅན་དུ་སྟོང་  
བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་དང་པོར་ཉོན་སྒྲིབ་སྤངས་ནས་དེའི་རྗེས་སུ་ཤེས་  
སྒྲིབ་སྟོང་བའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ རྫོགས་སྒྲིབ་སྤངས་གསུམ་བྱས་པའི་གང་ཟག་  
ཡིན་ན། རྫོགས་སྒྲིབ་སྤངས་གསུམ་བྱས་ཟེན་པའི་གང་ཟག་ཡིན་དགོས་པར་  
ཐལ། བྱོད་ཀྱི་དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། བྱང་སེམས་ས་བརྒྱད་  
པ་བ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྫོགས་སྒྲིབ་སྤངས་གསུམ་  
གང་རུང་བྱས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་  
སྤངས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། རྫོགས་སྒྲིབ་སྤངས་  
གསུམ་བྱས་ཞེས་པ་ནི་དེ་གསུམ་གྱི་ཆད་རྫོགས་པ་ཞིག་ལ་བྱེད་པའི་ཕྱིར།  
འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་ཅིག་ བྱང་སེམས་རྒྱན་མཐའ་བ་ཆོས་ཅན། ཆོས་ཉིད་  
ལ་མཉམ་པར་བཞག་བཞིན་པའི་ངང་ནས་གཞན་དོན་འབད་མེད་ལྷན་གྲུབ་ཏུ་  
བྱེད་རུས་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་བྱེད་རུས་པའི་རུས་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་  
ཕྱིར་ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། དེ་ལྟར་བྱེད་པའི་དགེ་ཅིའི་  
རུས་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་ཆོགས་གཉིས་ཀྱི་རུས་  
པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། བཀག་ཟེན། ཁ་ཅིག་ན་རེ། བྱང་  
སེམས་དེ་ཆོས་ཅན། རང་ཉིད་གང་དུ་སངས་རྒྱས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་

ཡོད་པར་ཐལ། རང་ཉིད་གང་དུ་སངས་རྒྱས་པའི་ཚུལ་མཛད་པའི་ཞིང་དེར་  
 འཁོར་མཛོན་ཤེས་ལྷ་ལྷན་འབྱུང་བའི་དགེ་རྩ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་ཕྱིར།  
 དེར་ཐལ། སྤྱལ་སྤྱིའི་ཞིང་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 ཞིང་སྤངས་པའི་ཚད་རྫོགས་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཚས་ཅན། རང་ཉིད་  
 གང་དུ་སངས་རྒྱས་པའི་ཞིང་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། རང་  
 ཉིད་སངས་རྒྱས་པ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། རང་ཉིད་  
 སངས་རྒྱས་པར་ཐལ་ལོ་ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་བོ། ཁ་ཅིག་སྟོན་པ་ཤྲུག་ཐུབ་པ་  
 ཚས་ཅན། རང་ཉིད་གང་དུ་སངས་རྒྱས་པའི་ཚུལ་མཛད་པའི་སྤྱལ་སྤྱིའི་ཞིང་  
 ཁྱད་པར་ཅན་དེར་འཁོར་མཛོན་ཤེས་ལྷ་ལྷན་ཤ་སྟག་དང་། རང་ཉིད་གང་དུ་  
 སངས་རྒྱས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་དེར་འཁོར་བྱང་སེམས་འཕགས་པ་ཤ་  
 སྟག་འབྱུང་བར་ཐལ། དེ་ལྟར་འབྱུང་བའི་རིགས་སུ་གནས་པའི་དགེ་རྩའི་  
 རུས་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། ཚུལ་དང་རིགས་  
 གནས་སྟོས་པ་ལ་དགོས་པ་རྣམ་པ་གཉིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བདག་  
 ཅག་གི་སྟོན་པས་སྤྱལ་སྤྱིའི་ཞིང་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་སྤངས་པའི་ཚད་མ་རྫོགས་པར་ཁས་ལེན་མི་རིགས་པས། དེ་  
 ཞིང་འདིར་སངས་རྒྱས་པ་མིན་ཀྱང་། ཡོངས་སྤྱིའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་དུ་དང་པོར་སངས་རྒྱས་ནས། སྤར་ཡང་སྤྱལ་སྤྱིའི་ཞིང་ཁྱད་

པར་ཅན་གཞན་དུ་སངས་རྒྱས་པའི་ཚུལ་བསྟན་པ་དེ་བསྟུ་བ་དང་། དེའི་སྒྲུལ་  
སྒྱུའི་ཞིང་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་ཞིང་ན་སངས་རྒྱས་གྱི་སྒྲུལ་  
པའི་འཁོར་ཡོད་པ་སོགས་བསྟུ་བའི་དགོས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྣམས་  
ཏེ། སྒྲུལ་སྒྱུའི་འཁོར་དུ་སངས་རྒྱས་གྱི་སྒྲུལ་པ་ཡོད་ན། སྒྲུལ་སྒྱུའི་ཞིང་ཁྱད་  
པར་ཅན་ན་ཡང་དེ་ལྟར་ཡོད་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཁོ་ན་རེ། སྒྲུལ་སྒྱུའི་ཞིང་ཁྱད་  
པར་ཅན་གྱི་འཁོར་ཡིན་ན། མངོན་ཤེས་ལྷ་ལྷན་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། འོད་  
དཔག་མེད་གྱི་འཁོར་ཡིན་ན། མངོན་ཤེས་ལྷ་ལྷན་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། རྣམ་བཤད་ལས། རྒྱལ་བ་འོད་དཔག་མེད་གྱིས་བདག་སངས་  
རྒྱས་པའི་ཞིང་དེར་འཁོར་མངོན་ཤེས་ལྷ་དང་མི་ལྷན་པ་མེད་པར་འགྱུར་  
བའི་སྟོན་ལས་དང་དམ་བཅའ་མངོན་པ་རྫོགས་པར་བཤད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན།  
དེ་ནི་སྐུ་དངོས་གྱི་གདུལ་བྱ་གཙོ་བོའི་དབང་དུ་བྱས་པ་འདྲ་སྟེ། རྒྱལ་བ་འོད་  
དཔག་མེད་གྱི་ཞིང་བདེ་བ་ཅན་དེར་ཐེ་ཚོམ་དང་བཅས་བཞིན་དུ་སྐྱེས་པའི་  
སེམས་ཅན་འགའ་ཞིག་བརྒྱའི་སྐབས་སུ་ལོ་ལྔ་བརྒྱར་ཡང་མི་འདོད་བཞིན་  
དུ་གནས་དགོས་པར་གསུངས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེ་ལ་ཁོ་ན་རེ། འོད་དཔག་  
མེད་དེ་བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཏེན་ལ་གསར་དུ་སངས་རྒྱས་ནས་དེ་ཉིད་དུ་བཞུགས་  
པ་ཡིན་ཟེར་ན། མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་དང་པོར་འོངས་སྐུར་སངས་རྒྱས་པ་  
གང་ཞིག་འོངས་སྐུར་སངས་རྒྱ་བའི་ཆེ། འོག་མིན་ཞིག་དུ་སངས་རྒྱ་དགོས་

པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་དེར་ཐལ། སྐབས་འགྲོ་བདུན་ཅུ་པར། འོག་མིན་གཞལ་ཡས་  
ཁང་དུ་ནི། །དེ་ཉིད་མངོན་དུ་བྱ་བར་བཞེད། །ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་འདིར་བསྟན་ཡང་དག་མཐའ་ཡིན་ན། འདིར་བསྟན་གདམས་  
དོན་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཡང་དག་མཐའ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། རྣམ་བཤད་  
ལས། བྱབ་པ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲུག་བསྐལ་ཉེ་བར་ཞི་བའི་ཉེར་ཞིའི་དབྱིངས་དེ།  
འདིར་བསྟན་ཡང་དག་མཐའ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་གསུངས་ནས་དེ་ལ་གཙོ་པལ་  
གསལ་བར་མ་བཤད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་བྱབ་སྟེ། སྐབས་དེར་གཙོ་པལ་  
གསལ་བར་མ་མཛད་ཀྱང་མཆོག་གི་སྒྲུལ་སྒྲུས་གདུལ་བྱ་པལ་པ་ཉན་རང་  
དག་བཙོམ་པ་ཞི་བའི་དབྱིངས་ལས་ལངས་ནས་བྱང་ཚུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་  
པའི་རྩེ་ས་སུ་ཆོས་གསུམ་མ་རྫོགས་ཀྱི་བར་གང་དུ་ཡང་འདིར་བསྟན་  
གདམས་དོན་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཡང་དག་མཐའ་མངོན་དུ་མི་བྱེད་པར་  
གདམས་པར་བཤད་པའི་ཤུགས་ཀྱིས། འདིར་བསྟན་གདམས་དོན་པལ་  
པར་གྱུར་པའི་ཡང་དག་མཐའ་ཡོད་པར་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར། གོང་དུ་འདོད་ན།  
མཁས་གྲུབ་ལྟར་ན། བདེན་འཛིན་སྤངས་པའི་སྒྲུག་མེད་སྤང་འདས་ཆོས་ཅན།  
དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་གང་ཡིན་པ་དང་ཞེས་  
པའི་སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་ཡང་དག་མཐའ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། རྫོགས་  
སྟོན་སྤངས་གསུམ་མ་བྱས་པའི་སྤྲོ་རོལ་དུ་སྦྱོང་མངོན་དུ་བྱེད་རུས་པར་



ཐལ་ལོ། །འདིར་ཁ་ཅིག་འདིར་བསྟན་གདམས་དོན་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཡང་  
དག་མཐའ་ཡིན་ན། བྱོད་མངོན་སུམ་དུ་བྱས་པའི་ཉན་རང་གཉིས་ཀ་ཡོད་  
པས་བྱབ་པར་ཐལ། ཉན་རང་གཉིས་ཀྱིས་འདིར་བསྟན་གྱི་དེ་མངོན་དུ་བྱེད་  
ཀྱས་པའི་སྤྱིར་བཏགས་ན། མ་བྱུག་འདོད་ན། གཟུགས་སྤྱི་རོལ་དོན་འཛིན་གྱི་  
ཏྲོག་པ་སྤངས་པའི་བྱབ་པ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐལ་ཉེ་བར་ཞི་བའི་ཉེར་ཞིའི་  
དབྱིངས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་སྤྱིར་དེར་ཐལ། རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
ལམ་གང་ཡིན་པ་དང་། ཞེས་པའི་སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་དེ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་  
འདོད་མི་ཀྱས་ཏེ། ཉན་ཐོས་ཡིན་ན། གཟུགས་སྤྱི་རོལ་དོན་འཛིན་གྱི་ཏྲོག་པ་  
མ་སྤངས་པས་བྱབ་པའི་སྤྱིར་

གཞན་ཡང་། ཐེག་ཆེན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་འདིར་བསྟན་གདམས་  
དོན་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཡང་དག་མཐའ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་སྤྱིར་  
དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཁ་ཅིག་མ་བྱུག་ཐེར་ན། དེར་  
ཐལ། དེ་ཡིན་ན། འདིར་བསྟན་གདམས་དོན་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཡང་དག་  
མཐའ་ཡིན་དགོས་པའི་སྤྱིར་ཡང་ཁ་ཅིག་འདིར་མ་བྱུག་ཐེར་ན། དོན་གྱི་  
དབང་དུ་བྱས་ནས་ཐེག་པ་སོ་སོའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་འདིར་བསྟན་གདམས་  
དོན་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཡང་དག་མཐའ་གཉིས་སོ་འདིར་བསྟན་གདམས་  
དོན་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཡང་དག་མཐའ་ཡིན་ཀྱང་། ཆོག་གཙོ་བོར་བྱེད་ན་

མ་ཡིན་ནོ། །འདོད་ན་སྒྲ། དེ་ལ་ཁོ་ན་རེ། ཐེག་ཆེན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་  
 འདིར་བསྟན་གདམས་དོན་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཡང་དག་མཐའ་དེ། འདིར་  
 བསྟན་གདམས་དོན་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཡང་དག་མཐའ་མིན་གྱང་། ཁོ་ཁོ་  
 རང་ཡིན་ཟེར་ན། མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ནི་དོན་གྱི་རང་ཆོག་དང་དངོས་སུ་  
 འགལ་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་གཙོ་བོར་བསྟན་  
 ཡང་། གཙོ་བོར་མ་བསྟན་ཞེས་ཁས་ལེན་པར་སྒྲུང་བའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སངས་  
 རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱད་ལ་འདིར་བསྟན་གདམས་དོན་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་  
 ཡང་དག་མཐའ་ཡོད་པར་ཐལ། དེས་དེ་མངོན་དུ་བྱས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 དེས་ཆོས་གསུམ་རྫོགས་ནས་འདིར་བསྟན་གདམས་དོན་གཙོ་བོར་གྱུར་  
 པའི་ཡང་དག་མཐའ་མངོན་དུ་བྱས་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེའི་རྒྱད་ལ་དེ་མེད་  
 པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་དང་སེམས་ཅན་གང་རུང་གི་རྒྱད་ཀྱི་  
 ཡང་དག་མཐའ་ཡིན་ན། འདིར་བསྟན་གདམས་དོན་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཡང་  
 དག་མ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། སངས་  
 རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱད་ཀྱི་ཡང་དག་མཐའ་ཡིན་ན། རྫོགས་སྒྲིན་སྐྱངས་  
 གསུམ་མ་བྱས་པའི་གོང་དུ་མངོན་དུ་བྱེད་མི་རུས། སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱད་ཀྱི་  
 ཡང་དག་མཐའ་ཡིན་ན། དེ་གསུམ་བྱས་རྗེས་སུ་མངོན་དུ་བྱེད་དགོས་པ་  
 ཡང་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ འདིར་བསྟན་གདམས་དོན་གཙོ་བོར་གྱུར་

པའི་ཡང་དག་མཐའ་མངོན་དུ་བྱས་པའི་བྱང་སེམས་མེད་པར་ཐལ། ཐེག་  
ཆེན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་དེ་མངོན་དུ་བྱས་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱང་མེད། ཐེག་  
དམན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་དེ་མངོན་དུ་བྱས་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱང་མེད་  
པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། ཡང་དག་མཐའ་མངོན་དུ་བྱས་པའི་  
བྱང་སེམས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ལ་མངོན་སུམ་དུ་མཉམ་པར་  
བཞག་པའི་བྱང་སེམས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། མ་ཁྱབ། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ།  
དེ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་བྱང་སེམས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ དེ་ཡོད་  
པར་ཐལ། རྣམ་བཤད་ལས། བར་བར་དུ་ཡང་དག་པའི་མཐའ་མངོན་དུ་བྱེད་  
ཀྱང་། ཞེས་གསུངས་པས། ཐེག་དམན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་འདིར་བསྟན་  
གདམས་དོན་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཡང་དག་མཐའ་མངོན་དུ་བྱེད་སྤྱོད་གི་བྱང་  
སེམས་དེས། སྤྱོན་གོམས་པའི་དབང་གིས་བར་བར་དུ་དེ་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་  
ཕྱིར་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ནི་བར་སྐབས་འགའ་ཞིག་ཏུ་ཐུང་  
འདས་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ལ་དགོངས་པའི་ཕྱིར། ཐེག་ཆེན་གྱི་དབང་དུ་  
བྱས་པའི་འདིར་བསྟན་གདམས་དོན་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཡང་དག་མཐའ་  
མངོན་དུ་བྱས་པའི་སེམས་ཅན་ཡོད་པར་ཐལ། ཁྱབ་པ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱུག་  
བསྐྱལ་ཉེ་བར་ཞི་བའི་དབྱིངས་ལས་སྦྲར་མི་ལྡང་བའི་ཚུལ་གྱིས་མཉམ་པར་  
བཞག་པའི་སེམས་ཅན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ལས་སྦྲར་མི་ལྡང་བར་

མཉམ་པར་བཞག་པའི་སེམས་ཅན་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། མ་བྲལ། མ་གྲུབ་  
ན། དེར་ཐལ། ཐེག་དམན་དག་བཅོམ་གྱི་རྟོགས་པ་སྒྲོན་དུ་སོང་བའི་བྱང་  
སེམས་རྒྱན་མཐའ་བ་དེས་དེ་ལྟར་མཉམ་པར་བཞག་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
དེས་དེ་འདྲ་བའི་དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་སྦྲར་ཡང་མི་ལྡང་བར་མཉམ་པར་བཞག་  
པའི་ངང་ནས་སངས་རྒྱ་བའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་སོ། །མདོར་ན། རྣམ་བཤད་  
ལས་ཀྱང་། གནད་འདི་དག་རྟོགས་དཀའ་བར་གསུངས་པས། དོན་ལ་ཞིབ་  
པར་དབྱད་ན་ལེགས་གྱི་ཆོག་གི་རིགས་འགྲོས་ཤེས་པ་ཙམ་གྱིས་ཆོག་  
ཤེས་བྱ་མི་རིགས་སོ། །

### དགོས་སོགས་ཆོས་བཞི།

༥ གཉིས་པ་བཤད་པ་ཉི་བར་འགོད་པ་ལ་གཉིས། བཤད་པ་ལ་འཇུག་  
པའི་དགོས་པ། དེ་ལ་འཇུག་པ་དངོས་སོ། །དང་པོ་ནི། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་  
མཐུན་ཉིད་ལས། །ཞེས་པ་ནས། །བྱ་བ་རྩལ་པའི་དགོས་པ་ཡིན། །ཞེས་པའི་  
བར་གསུངས། འདི་ལ་གཉིས། ཆོག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱད་པའོ། །

དང་པོ་ནི། རྩེ་བཙུན་བྱམས་པ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱིས་བསྟན་བཅོས་  
མདོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་འདི་རྩལ་པ་ལ་ཡུམ་གྱི་མདོ་དང་རྩོས་པའི་སྒྲོན་  
མེད་དེ། བསྟན་བཅོས་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་ཡུམ་གྱི་མདོའི་དོན་བདེ་སྒྲག་ཏུ་ནི་  
རྟོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཁྱོད་ཀྱིས་བསྟན་བཅོས་འདི་རྩལ་པའི་དགོས་པ་ཡིན་

པའི་ཕྱིར། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། དེ་ལྟ་བུའི་དགོས་པ་ཡང་ཡོད་དེ། བསྟན་  
བཅོས་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་བསྐྱེད་སོགས་རྣམ་མཁྱེན་མཆོན་བྱེད་གི་  
ཆོས་བཅུའི་བདག་ཉིད་ཅན་གི་མདོ་རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱུས་གསུམ་གི་དོན་ཐོས་  
བསམ་གི་བྱན་པ་ལ་བཞག་ནས་སྒོ་གྲོས་དང་ལྡན་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་རྣམས་གིས་མདོན་སུམ་དུ་མཐོང་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །བསྟན་  
བཅོས་འདི་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་བཟོད་བྱ་བྱེད་པར་ཅན་དང་ལྡན་ཏེ། རྣམ་པ་  
ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཉིད་གིས་མདོན་དུ་གཟེགས་ཤིང་། དེར་  
བགྱོད་པའི་ཐབས་གི་ལམ་རྣམ་མཁྱེན་མཆོན་བྱེད་གི་ཆོས་བཅུ་གནས་  
སྐབས་དོན་མདོན་པར་ཉོགས་པ་བརྒྱད་དུ་བྱེ་བ་སྟོན་པས་ཡུམ་རྒྱས་འབྲིང་  
བསྐྱུས་གསུམ་པོ་འདི་ལས་བཤད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཁྱོད་གི་བཟོད་བྱ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། བཟོད་བྱའི་རིམ་པ་དེ་རྣམས་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་གང་ཟག་གང་ཡང་  
རུང་བ་ཐམས་ཅད་གིས་རྫོགས་པར་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ཕྱི་རོལ་པ་  
དང་ཉན་རང་ལ་སོགས་པ་གཞན་གིས་རང་ལམ་ནས་རྫོགས་པར་ཉོགས་  
ནས་ཉམས་སུ་ལེན་མི་རུས་པའི་ཕྱིར། ཆོག་བྱར་འགའ་ཞིག་སྤེལ་སྤྱོད་གི་  
དབང་གིས་བཏང་སྟོམས་སུ་བྱ་ལ། འོག་མ་རྣམས་སུ་ཡང་དེ་ལྟར་རོ།

གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ་ཁ་ཅིག་མདོན་  
རྫོགས་རྒྱན་གི་དགོས་པ་ཡིན་ན། དེའི་མཐར་ཐུག་གི་དགོས་པ་ཡིན་པས་



ཁྲབ་ཟེར་ན། མངོན་རྟོགས་རྒྱུ་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱས་མངོན་རྟོགས་  
 རྒྱུ་ལ་བརྟེན་ནས་ཐོབ་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ།  
 དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མངོན་རྟོགས་རྒྱུ་འདི། དེའི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་  
 བྱས་གནས་སྐབས་སུ་བྱང་སེམས་ཀྱི་ས་བཙུང་དང་། མཐར་ཐུག་སངས་རྒྱས་  
 ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་པའི་དོན་དུ་བརྩམས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སངས་  
 རྒྱས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། ཁ་ཅིག་མངོན་  
 རྟོགས་རྒྱུ་གྱི་དགོས་པ་ཡིན་ན། དེའི་ཉིང་དགོས་མ་ཡིན་པས་ཁྲབ་ཟེར་ན།  
 དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེའི་དགོས་པ་དང་དེའི་ཉིང་དགོས་མི་འགལ་བའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་ཉིང་དགོས་ཡིན་ན། དེའི་དགོས་པ་ཡིན་དགོས་པའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། དེའི་དགོས་པ་ཁྲད་པར་ཅན་ཡིན་དགོས་པའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། དེའི་དགོས་པའི་ཡང་དགོས་པ་ཡིན་དགོས་པའི་  
 ཕྱིར། ཁ་ཅིག་གཞུང་འདིས། མངོན་རྟོགས་རྒྱུ་གྱི་དགོས་སོགས་ཆོས་བཞི་  
 པོ་དངོས་སུ་བསྟན་པ་ཡིན་ཟེར་ན། འདིས་བསྟན་བཅོས་མངོན་རྟོགས་རྒྱུ་  
 གྱི་དགོས་སོགས་ཆོས་བཞིའི་ནང་ཆན་དུ་གྱུར་པའི་འབྲེལ་བ་དངོས་སུ་  
 བསྟན་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། འདིས་དེ་  
 རྒྱགས་ལ་བསྟན་པའི་ཕྱིར། རྣམ་བཤད་ལས། ཞང་པ་དང་པོ་གཉིས་ཀྱིས་  
 བརྗོད་བྱའི་ངོ་པོ་དང་། དེ་ནས་གཅིག་གིས་ཁྲད་པར་དང་། དེ་ནས་གསུམ་

གྲིས་ཉིང་དགོས་དང་། ཐ་མ་གཉིས་གྲིས་དགོས་པ་བསྟན་ནས་འབྲེལ་བ་དོན་  
 གྲིས་འཕངས་སོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་མངོན་ཏྲོགས་རྒྱན་གྱི་  
 བཟོད་བྱ་རྣམས་གང་ཟག་གང་ཡང་རུང་བས་མ་ཏྲོགས་ཟེར་ན། དེ་ཏྲོགས་  
 པར་ཐལ། དེ་སངས་རྒྱས་འཕགས་པས་ཏྲོགས་པའི་ཕྱིར། མ་བྱུང་ན། ཉན་  
 རང་དང་ཕྱི་རོལ་པས་མངོན་སུམ་དུ་མ་ཏྲོགས་ན། གང་ཟག་སུ་ཞིག་གིས་  
 གྲང་མངོན་སུམ་དུ་མ་ཏྲོགས་པས་བྱུང་བར་ཐལ། མ་བྱུང་བ་དེའི་ཕྱིར། འདོད་  
 ན། ཆོས་ཐམས་ཅད་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། ཏྲགས་གསལ་སྤྲོའོ། ཁ་  
 ཅིག་ ཆོས་སྤྱོད་བཅུའི་ཞེས་པའི་ཆོས་སྤྱོད་བཅུ་པོ་དེ། དབྱས་མཐའ་རྣམ་  
 འབྱེད་ལས། ཡི་གེ་འབྲི་མཆོད་སྤྱིན་པ་དང་། །ཞེས་སོགས་གྲིས་བསྟན་པ་  
 ལྟར་བྱེད་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་རྣམ་མཁྱེན་མཆོན་བྱེད་གྱི་ཆོས་  
 བཅུ་ལ་བྱེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་དོན་འཆད་པ་ན། འབྲེལ་ཆེན་ལས།  
 བྱང་རྒྱུ་གྱི་སེམས་དང་གདམས་ངག་ལ་སོགས་པ་ཞེས་གསུངས་པའི་  
 ཕྱིར།

གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། སྤྱིར་དགོས་སོགས་ཆོས་བཞི་ཅུ་དང་།  
 དགོས་སོགས་ཆོས་བཞི་བྱེད་པར་ཅན་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། ངག་དོན་  
 ལྟན་པལ་ཆེར་ལ་དགོས་སོགས་བཞི་ཆང་བ་ཡིན་ཏེ། ཟས་སྒྲོམ་སྟེར་ཅིག་  
 ཅས་པའི་ངག་ལྟ་བུ་ལ་མཆོན་ན། ཟས་སྒྲོམ་སྟེར་བ་ངག་དེའི་བཟོད་བྱ། ངག་

དེ་ལ་བརྟེན་ནས་གང་ཟག་འགའ་ཞིག་གིས་ཟས་སྒྲོམ་ཐོབ་པ་ངག་དེའི་  
 དགོས་པ། གང་ཟག་དེའི་བཀའ་སྒྲོམ་སེལ་བ་ངག་དེའི་ཉིང་དགོས་དང་།  
 དེའི་ཉིང་དགོས་དེ། དེའི་དགོས་པ་དང་། དེའི་དགོས་པ། དེའི་བརྗོད་བྱ་ལ་  
 འབྲེལ་བ་དེ། ངག་དེའི་འབྲེལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་དགོས་སོགས་  
 ཆོས་བཞི་བྱད་པར་ཅན་ལ་སྒྲིར་མང་དུ་ཡོད་ཀྱང་འདིར་གཉིས་ཏེ་དགོས་  
 འབྲེལ་ངག་གི་དགོས་སོགས་ཆོས་བཞི་དང་། བསྟན་བཅོས་ལུས་ལ་ཡོད་  
 པའི་དགོས་སོགས་ཆོས་བཞི་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་ཡོད་དེ། བསྟན་བཅོས་  
 འདིའི་ལུས་ཀྱི་དགོས་སོགས་ཆོས་བཞི་པོ་དེ། དགོས་འབྲེལ་ངག་གི་བརྗོད་  
 བྱ། ངག་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་བསྟན་བཅོས་འདིའི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱས་  
 བསྟན་བཅོས་འདི་ལ་དགོས་སོགས་ཆོས་བཞི་ཡོད་པར་རྟོགས་པ་དེ།  
 དགོས་འབྲེལ་ངག་གི་དགོས་པ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་འདིའི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་  
 གདུལ་བྱས་བསྟན་བཅོས་འདི་ལ་ཐོས་བསམ་གྱིས་ཞུགས་པ་དེ། དགོས་  
 འབྲེལ་ངག་གི་ཉིང་དགོས། དེའི་ཉིང་དགོས་དེའི་དགོས་པ་སོགས་ལ་འབྲེལ་  
 བ་དེ། དགོས་འབྲེལ་གྱི་ངག་འདིའི་འབྲེལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ཡོད་  
 དེ། དུམ་གྱི་མདོའི་བརྗོད་བྱ་རྣམས། མདོར་རྟོགས་རྒྱུ་གྱི་བརྗོད་བྱ། བསྟན་  
 བཅོས་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་འདིའི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱས་དུམ་གྱི་མདོ་  
 རོན་བདེ་སྒྲག་ཏུ་རྟོགས་པ། བསྟན་བཅོས་འདིའི་དགོས་པ། དེ་ལྟར་རྟོགས་པ་

ལ་བརྟེན་ནས་མཐར་ཕྱུང་མཁུན་ཐོབ་པ། བསྟན་བཅོས་མངོན་པར་རྟོགས་  
པའི་རྒྱན་འདིའི་ཉིང་དགོས། ཆོས་གསུམ་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་ལ་འབྲེལ་བ། རྒྱན་  
འདིའི་ལུས་ལ་ཡོད་པའི་དགོས་སོགས་ཆོས་བཞིའི་ནང་ཆོན་དུ་གྱུར་པའི་  
འབྲེལ་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། འབྲེལ་བ་ལ་གཉིས་ཏེ། བདག་གཅིག་དང་དེ་བྱུང་  
འབྲེལ་ལོ། དེ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་དེ་བྱུང་འབྲེལ་ནི་གཙོ་བོ་ཡིན་ནོ།

གསུམ་པ་ཅོད་པ་སྤྱིང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་རྒྱས་འབྲིང་བསྟུས་གསུམ་ཀྱི་  
བརྗོད་བྱ་དང་། མངོན་རྟོགས་རྒྱན་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་ལ་བྲབ་ཆེ་ཆུང་གི་བྲད་པར་  
ཡོད་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་ཡིན་བྲབ་མཉམ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར།  
དེར་ཐལ། དེ་གཉིས་ཀྱི་དགོས་སོགས་ཆོས་བཞི་པོ་ཡིན་བྲབ་མཉམ་མ་ཡིན་  
པའི་སྤྱིར་བེད་ན། མ་བྲབ། འདོད་ན། མི་འཐད་པར་ཐལ། གཞི་བྱབ་ན། དེ་  
གཉིས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་ཡིན་དགོས་པར་མཆུངས་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། ཅ་  
བར། །སྟོན་པས་འདི་ལས་བཤད་པ་གང་། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། ཁ་ཅིག་  
རྒྱས་འབྲིང་བསྟུས་གསུམ་ཀྱི་དོན་བདེ་སྐྱབ་ཏུ་རྟོགས་པ་དེ། རྒྱན་འདིའི་  
དགོས་སོགས་ཆོས་བཞིའི་ནང་ཆོན་ཀྱི་དགོས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱན་འདིའི་  
ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱས་རྒྱན་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱས་འབྲིང་བསྟུས་  
གསུམ་ཀྱི་དོན་བདེ་སྐྱབ་ཏུ་རྟོགས་པ་དེ། རྒྱན་འདིའི་དགོས་སོགས་ཆོས་  
བཞིའི་ནང་ཆོན་ཀྱི་དགོས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་བེད་ན། མ་བྲབ། འདོད་ན། དེ་

རྒྱན་འདི་ལ་རག་ལས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། རྒྱན་འདི་མ་  
 བཙུམས་པའི་གོང་དུ་རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱས་གསུམ་གྱི་དོན་བདེ་སྒྲག་དུ་ཉོགས་  
 པ་མེད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་ཅིག་གཞུང་འདིས་  
 རྒྱན་གྱི་དགོས་སོགས་ཆོས་བཞིའི་ནང་ཆོན་དུ་གྱུར་པའི་འབྲེལ་བ་དངོས་སུ་  
 བསྟན་པར་ཐལ། དེས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་དགོས་སོགས་ཆོས་བཞིའི་ནང་  
 ཆོན་དུ་གྱུར་པའི་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། མ་གྲུབ་ན། དེར་  
 ཐལ། འདིས་རྒྱན་འདིའི་ཉིང་དགོས་སུ་གྱུར་པའི་རྣམ་མཁྲེན་དེ་དགོས་པར་  
 གྱུར་པའི་སློབ་ལམ་ལ་འབྲེལ་བར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 དེས་དེ་གཉིས་ཐབས་དང་ཐབས་བྱུང་གི་འབྲེལ་བ་གྲུབ་པར་དངོས་སུ་བསྟན་  
 པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་སློད་བཙུའི་ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་པའི་ཕྱིར།  
 འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་ཅིག་འདིར་ཆོས་སློད་བཙུ་པོ་དེ། དབུས་མཐའ་ལས་  
 བཤད་པ་ལྟར་བྱེད་རིགས་པར་ཐལ། སློབ་དཔོན་ལྷན་པས་དེ་ལྟར་བཤད་  
 པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། ཡང་ཆོས་སློད་བཙུ་པོ་དེ་པར་ཕྱིན་བཙུ་ལ་བྱེད་  
 པར་ཐལ། དེ་ལྟར་བྱེད་པ་རྩེ་སྒྲ་མའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 ཤེར་འབྱུང་སློ་གྲོས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་བཤད་པ་ལ་རྩེ་སྒྲ་མས་བདེན་ཁ་བྱིན་པའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། ལེགས་བཤད་གསེར་སྤང་ལས། ཤེར་འབྱུང་གིས་ཆོས་  
 སློད་བཙུ་པར་ཕྱིན་བཙུ་ལ་བཤད་པ་ནི་ཅ་འབྲེལ་འདི་གཉིས་ཀྱི་དགོངས་པ་



སྤྱོད་མེད་པ་སྟེ། ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། ཟེར་ན། སྤྱོད་མེད་དེ། དེ་ནི་གཞན་གྱི་འདོད་པ་དང་བསྟུན་པ་ཅ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། མི་འཐད་པར་བཤམ།  
སྤོབ་དཔོན་གྱི་དགོངས་པ་ལྟར་རྣམ་བཤད་ཀྱིས་བཤད་པ་དེ་ཁས་ལེན་དགོས་པའི་སྤྱིར།

### གེར་སྤྱོད།

༥ གཉིས་པ་བཤད་པ་ལ་འཇུག་པའི་ཚུལ་དངོས་ལ་གསུམ། ལུས་རྣམ་པར་བཞག་པ་དང་། ཆིག་དོན་ཡན་ལག་གི་སྤོབས་རྒྱས་པར་བཤད་པ་དང་། དོན་བསྟུ་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། ལུས་མདོར་བསྟུན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། འཆད་བྱ་འཆད་བྱེད་མདོར་བསྟུན་པ། འཆད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་ཁྲམས་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། ཆིག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །

དང་པོ་ནི། བསྟུན་བཅས་མདོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱུ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱིས་གཞུང་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་སྤྱོད་པ་རྒྱས་འབྲིང་བསྟུས་གསུམ་གྱི་དོན་ནི་སྤོབ་ཅི་མ་ལོག་པར་གཏན་ལ་ཐབ་པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་དོན་ཁྱོད་ཀྱི་རྫོད་བྱེད་ལ་སྐབས་བརྒྱད་དང་། བརྫོད་བྱ་ལ་དངོས་པོ་བརྒྱད་དུ་སྤྱོད་བཞིན་ཀྱིས་ཡང་དག་པ་སྟེ་ལེགས་པར་བཤད་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར།

གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་མདོན་

རྟོགས་རྒྱན་གྱི་ལུས་ཡིན་ན། ལུས་ཡིན་པས་ཁྲབ་ཟེར་ན། དངོས་པོ་བརྒྱད་  
 པོ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་བརྗོད་བྱ་དོན་གྱི་ལུས་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་ལུས་དེ་ལ་རྗོད་བྱེད་ཆིག་  
 གི་ལུས་དང་། བརྗོད་བྱ་དོན་གྱི་ལུས་གཉིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་  
 གཞུང་ཆིག་ཏུ་གྱུར་པའི་ཤེས་རབ་པ་རོལ་ཕྱིན་པ་ནི། ཞེས་སོགས་ཀྱི་  
 ཆིགས་བཅད་བཅོ་ལྔ་པོ་དེ། མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་རྗོད་བྱེད་ཆིག་གི་ལུས་  
 དང་། དེའི་བརྗོད་བྱ་དངོས་པོ་བརྒྱད་པོ་དེ་དེའི་བརྗོད་བྱ་དོན་གྱི་ལུས་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། འདུས་བྲས་སྤྱ་ཐལ་ལོ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་  
 ཏེ། འདུས་མ་བྲས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འབྲས་བྱ་ཆོས་སྒྲུ་འདུས་མ་  
 བྲས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ཤེས་རབ་པ་རོལ་ཕྱིན་པ་ནི། ཞེས་པའི་སྐྱབས་  
 རས་དངོས་སྤྱ་བསྟན་པའི་ཤེར་ཕྱིན་ཡིན་ན། ཤེར་ཕྱིན་ཡིན་པས་ཁྲབ་ཟེར་  
 ན། རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱས་གསུམ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན།  
 ཤེས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། གཟུགས་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྤྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ཤེར་ཕྱིན་གསུམ་པོ་གང་  
 རུང་ཡིན་ན། ཤེར་ཕྱིན་ཡིན་པས་ཁྲབ་ཟེར་ན། དུམ་བར་མ་ཆོས་ཅན། དེར་  
 ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གཞུང་ཤེར་ཕྱིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། མི་  
 འཐད་པར་ཐལ། ཡེ་ཤེས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་

པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟིན་ཀྱང་སྟོང་ཉིད་མ་རྟོགས་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་  
ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ལམ་ཤེར་ཕྱིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟིན་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་  
ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ་  
ལོ། །ཁ་ཅིག་རང་བཞིན་གྱི་ཤེར་ཕྱིན་ཡིན་ན། ཤེར་ཕྱིན་ཡིན་པས་ཁྲབ་ཟེར་  
ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། ཤེར་ཕྱིན་མིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་  
ཐལ། དེ་ཡིན་ན། འདུས་བྱས་མིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ཤེར་ཕྱིན་ཡིན་  
ན། ཤེས་རབ་ཡིན་པས་ཁྲབ་ཟེར་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་ཡིད་གྱི་རྣམ་  
པར་ཤེས་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འབྲས་བུ་ཤེར་ཕྱིན་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སངས་  
རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་གྱི་མཁྱེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སེམས་  
འབྱུང་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། གཙོ་སེམས་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ་གསུམ། གསེར་བྲང་གི་ལུགས་བཤད་པ།  
རྣམ་བཤད་གྱི་ལུགས་བཤད་པ། མཁས་གྲུབ་གྱི་བཞེད་པ་བཤད་པའོ། །དང་  
པོ་ནི། སློབ་ལམ་ན་ཤེར་ཕྱིན་ཡོད་དེ། དེ་ལྟར་ཡོད་པ་ལུང་རིགས་གཉིས་  
ཀྱིས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ལུང་གིས་གྲུབ་ཏེ། སྤྱད་པ་ལས། །ཆོས་རྣམས་རང་

བཞིན་མེད་པར་ཡོངས་སུ་ཤེས་གྱུར་པ། །འདི་ནི་ཤེས་རབ་པ་རོལ་བྱེན་  
 མཆོག་སྟོན་པ་ཡིན། །ཞེས་པ་དང་། གང་ཆེ་འདུས་བྱས་འདུས་མ་བྱས་དང་  
 དཀར་ནག་ཆོས། །ཤེས་རབ་རྣམས་པར་བཤེག་ནས་རྩལ་ཙམ་མི་དམིགས་  
 ཆོ། །འཇིག་རྟེན་དག་ན་ཤེས་རབ་པ་རོལ་བྱེན་གངས་འགོ་ཞེས་པ་དང་། ཅ  
 བར། །དུས་རྣམས་མཉམ་པ་ཉིད་ཤེས་བྱིར། །ཤེས་རབ་པ་རོལ་བྱེན་པར་  
 འདོད། །ཅེས་སོགས་མང་པོས་སྟོང་ཉིད་མདོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་བྱང་  
 སེམས་འཕགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཤེར་བྱེན་དུ་བཞད་པའི་བྱིར། རིགས་པས་  
 འགྲུབ་སྟེ། སྟོབ་ལམ་ན། པར་བྱེན་དང་པོ་ལྔ་ཡོད་པས་ཤེར་བྱེན་གྱང་ཡོད་  
 དགོས་ལ། དེ་དག་གང་ཡང་མེད་ན་ཤེན་རྩ་མི་འཐད་པའི་བྱིར། གཞན་ཡང་།  
 སྟོབ་ལམ་ན་ཤེར་བྱེན་ཡོད་དེ། པར་བྱེན་དང་པོ་ལྔས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་  
 འགོ་བལ་ཤེར་བྱེན་གྱིས་ཟེན་དགོས་ལ། ཤེར་བྱེན་མེད་ན་པར་བྱེན་དང་པོ་  
 ལྔས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་འགོ་མི་རྒྱས་པའི་བྱིར། དཔེར་ན། དཔྱུས་ལོང་ལ་  
 ལོང་འབྲིད་མེད་ན་ཕྱོགས་གཞན་གྱི་གྲོང་ཁྱེར་རྣམས་སུ་རང་དགར་འགོ་མི་  
 རྒྱས་པ་དེ་བཞིན་དུ། ཤེར་བྱེན་མེད་ན། པར་བྱེན་དང་པོ་ལྔ་ཡོད་གྱང་སངས་  
 རྒྱས་སུ་འགོ་མི་རྒྱས་པའི་བྱིར། དེ་ལྟར་ཡང་། སྟུང་བ་ལས། དཔྱུས་ལོང་  
 དམིགས་བྱ་མེད་པ་བྱེ་བ་ཁྲག་ཁྲིག་རྣམས། །ལམ་ཡང་མི་ཤེས་གྲོང་ཁྱེར་  
 འཇུག་པར་ག་ལ་འགྱུར། །ཤེས་རབ་མེད་ན་མིག་མེད་པ་རོལ་བྱེན་ལྔ་

ཡིས། །དམིགས་བྱ་མེད་པས་བྱང་ཆུབ་རེག་པར་རུས་མ་ཡིན། །ཞེས་  
གསུངས་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། སློབ་ལམ་ན་ཤེར་ཕྱིན་ཡོད་པར་ཐལ། དུས་  
གསུམ་གྱི་རྒྱལ་བ་རྣམས་ཤེར་ཕྱིན་ལ་བསྐྱབ་ནས་སངས་རྒྱས་ཟེན་པ་དང་  
བྱང་སེམས་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཤེར་ཕྱིན་ལ་བསྐྱབ་ནས་འཆང་རྒྱ་དགོས་པའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། དུས་གསུམ་གྱི་རྒྱལ་བ་སྤྲས་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་  
ཤེར་ཕྱིན་གྱི་ལམ་འདི་ལ་བསྐྱབ་ནས་སངས་སུ་གྱུར་པ་དང་འགྱུར་བ་ཡིན་  
གྱི། འདི་མེད་ན། གཞན་གྱིས་སངས་རྒྱས་ཐོབ་མི་རུས་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་  
ཡང་སྤྱད་པ་ལས། །རྒྱལ་བ་འདས་དང་མ་གྱོན་སྟོགས་བཅུར་གང་བཞུགས་  
པ། །ཀུན་ལམ་པ་རོལ་ཕྱིན་པ་འདི་ཡིན་གཞན་མ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་  
ཕྱིར། དེ་དག་ནི་གསེར་སྤང་གི་དགོངས་པ་བསྐྱས་ནས་བཤའ་པའོ། མཁས་  
གྲུབ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ནི། འདིའི་རྗེས་སུ་འབྲང་ཡང་ལམ་ཤེར་ཕྱིན་ཤེར་  
ཕྱིན་དུ་བཞེད་དོ།

གཉིས་པ་རྣམ་བཤའ་ལྟར་ན། སློབ་ལམ་ན་ཤེར་ཕྱིན་མེད་དེ། སློབ་  
ལམ་ན་ཤེར་ཕྱིན་ཡོད་པར་གསུངས་པ་དེ། ཤེར་ཕྱིན་བཏགས་པ་བ་ལ་  
དགོངས་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་དགོངས་ཏེ། སློབ་དཔོན་སྟོགས་ཀྱི་སྤང་པོས།  
ཤེས་རབ་པ་རོལ་ཕྱིན་གཉིས་མེད། །ཡེ་ཤེས་དེ་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས། །  
བསྐྱབ་བྱའི་དོན་དེ་དང་ལྡན་པས། །གཞུང་ལམ་དག་ལ་དེ་སྤྱི་ཡིན། །ཞེས་པ་



དང་། རྒྱུན་སྒྲུབ་ལས། སངས་རྒྱས་བཙུགས་ལྡན་འདས་ཀྱི་གཉིས་སུ་མེད་པའི་  
 ཡེ་ཤེས་སྒྲུ་མ་ལྟ་བུ་ནི་དངོས་ཡིན་ལ། དེ་ཐོབ་པ་དང་རྩེས་སུ་མཐུན་པ་ཉིད་  
 གྱིས་ན་ཆོག་དང་ངག་གི་ཆོགས་ཀྱི་གཞུང་དང་། མཐོང་བའི་ལམ་ལ་སོགས་  
 པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་གྱི་ལམ་ཡང་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱེན་པ་ཞེས་བྲ་བ་  
 ནི་བཏགས་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། དེའི་དོན་འཆད་པ་ན། རྣམ་  
 བཞད་ལས། དེའི་དོན་ནི་བྱུང་ཆོས་གསུམ་མཁ་བཞེས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་  
 པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཁོ་ན་ཤེར་བྱེན་དངོས་ཡིན་ལ། ལམ་ཤེར་བྱིར་  
 དང་གཞུང་ཤེར་བྱེན་བཏགས་པ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས། གཞུང་ལམ་  
 གྱི་ཤེར་བྱེན་ཆོས་ཅན། བྱོང་ཤེར་བྱེན་དངོས་མིན་ཏེ། ཤེར་བྱེན་བཏགས་  
 པ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར། རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱས་གསུམ་ལྟ་བུ་གཞུང་ཤེར་བྱེན་  
 རྣམས་ཆོས་ཅན། ཤེར་བྱེན་བཏགས་པ་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་འདོགས་པའི་  
 ཆོས་གསུམ་ཆང་བའི་བྱིར། དེ་ལྟར་ཆང་བ་ཡིན་ཏེ། འདོགས་པའི་རྒྱ་མཆན།  
 བཏགས་པའི་དགོས་པ། དངོས་ལ་གཞོད་བྱེད་གསུམ་ཆང་བའི་བྱིར།  
 འདོགས་པའི་རྒྱ་མཆན་ཡོད་དེ། འབྲས་བུ་ཤེར་བྱེན་བརྗོད་བྱར་བྱེད་པས་  
 བརྗོད་བྱའི་མིང་རྗོད་བྱེད་ལ་བཏགས་པའི་བྱིར། དགོས་པ་ཡོད་དེ། འབྲས་  
 བུ་ཤེར་བྱེན་ཐོབ་པ་ལ་གཞུང་ཤེར་བྱེན་ལ་ཐོས་བསམ་གྱིས་འཇུག་དགོས་  
 པའི་བྱིར། གཞོད་བྱེད་ཡོད་དེ། རྗོད་བྱེད་ཀྱི་སྒྲ་ཡིན་པའི་བྱིར། ལམ་ཤེར་

ཕྱིན་ལ་དེ་འདྲོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། འབྲས་བུ་ཤེར་ཕྱིན་ཐོབ་བྱེད་གྱི་  
རྒྱ་ཡིན་པས་འབྲས་མིང་རྒྱ་ལ་བཏགས་པའི་ཕྱིར། དགོས་པ་ཡོད་དེ། འབྲས་  
བུ་ཤེར་ཕྱིན་ཐོབ་པ་ལ་ལམ་ཤེར་ཕྱིན་ཉམས་སྲུ་ལེན་དགོས་སོ་ཞེས་ཤེས་  
པའི་ཆེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཞོན་བྱེད་ཡོད་དེ། སངས་རྒྱས་གྱི་སར་ཕྱིན་མ་  
ཟེན་པའི་ཕྱིར། དེས་རང་བཞིན་གྱི་ཤེར་ཕྱིན་ལ་འདྲོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་  
སོགས་ཀྱང་ཤེས་དགོས་སོ།།

གསུམ་པ་མཁས་གྲུབ་བསྟན་དར་བ་ནི། སྟོབ་ལམ་ན་ཤེར་ཕྱིན་ཡོད་  
པར་མ་ཟད། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཐམས་ཅད་ཤེར་  
ཕྱིན་དུ་བཞེད་དོ། དེས་ན། གསེར་སྤྲེང་གི་བཞེད་པ་ལ། སྟོས་བྲལ་མངོན་  
སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ་གང་ཞིག་མི་གནས་  
པའི་སྤང་འདས་སྲུ་ཕྱིན་བྱེད་དང་ཕྱིན་ཟེན་གང་རུང་གིས་བསྐྱས་པ་དེ། ཤེར་  
ཕྱིན་གྱི་མཚན་ཉིད། རྣམ་བཤད་ལྟར་ན། བྱང་ཆོས་གསུམ་མམ་བཞིས་བྱང་  
པར་དུ་བྱས་པའི་མཐར་ཐུག་གི་ཡེ་ཤེས། ཤེར་ཕྱིན་གྱི་མཚན་ཉིད། མཁས་  
གྲུབ་ལྟར་ན། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་གྱིས་ཟེན་པའི་སྟོན་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་  
པའི་ཡེ་ཤེས། ཤེར་ཕྱིན་གྱི་མཚན་ཉིད། དེ་ལ་སྐྱས་བརྗོད་རིགས་གྱི་སྟོན་སྟོང་  
དབྱེ་ན། རང་བཞིན་གྱི་ཤེར་ཕྱིན། གཞུང་ཤེར་ཕྱིན། ལམ་ཤེར་ཕྱིན། འབྲས་  
བུ་ཤེར་ཕྱིན་རྣམས་སྲུ་ཡོད། དགག་བྱ་བདེན་གྲུབ་གྱི་སྟོས་པ་དང་བྲལ་བས་

བྱུང་པར་དུ་བྱས་པའི་དེ་བཞིན་ཉིད། རང་བཞིན་གྱི་ཤེར་བྱེན་གྱི་མཆོན་ཉིད།  
 དེ་དང་སྟོང་ཉིད། དོན་དམ་བདེན་པ་སོགས་དོན་གཅིག་ ཡུམ་གྱི་མདོའི་  
 དངོས་ཟིན་གྱི་ཤེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱེན་པ་ཞེས་པ་འདིའི་དབང་དུ་བྱས་  
 པ་མང་ངོ། ལམ་འབྲས་གྱི་ཤེར་བྱེན་གང་ཡང་རུང་བ་བསྟན་བྱའི་གཙུག་པོར་  
 བྱས་ནས་སྟོན་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མདོ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་གྲུང་པའི་  
 གཞུང་ཤེར་བྱེན་གྱི་མཆོན་ཉིད། གཞུང་ཤེར་བྱེན་ལ་བཀས་སྒྲབ་པར་འདོད་  
 པའི་ལུགས་ལྟར་ན། གཞུང་ཤེར་བྱེན་གྱི་མཆོན་ཉིད། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་  
 ཤེས་རབ་གྱིས་ཟིན་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་དེ། ལམ་ཤེར་བྱེན་གྱི་  
 མཆོན་ཉིད་དོ། འོ་ན། དེ་གསུམ་པོ་རང་ལུགས་སུ་ཁས་ལེན་མི་རིགས་པས།  
 གང་གི་རྩེས་སུ་འབྲང་ཞེ་ན། དེར་མ་ཟད། རྒྱ་གར་བ་འགའ་ཞིག་གྲང་འདི་ལ་  
 མི་མཐུན་པར་སྤང་ཞིང་། ལུགས་གསུམ་པོ་དེ་དུས་གཅིག་ཏུ་རང་ལུགས་སུ་  
 ཁས་མི་ལེན་ཡང་། གང་བདེ་བྱས་ཆོག་ཅིང་། གཙུག་པོར་རྣམ་བཞད་ཀྱི་རྩེས་  
 སུ་འབྲང་དགོས་ཏེ། འདིའི་རྩེས་འབྲང་ཤིན་ཏུ་མང་པོས་སློབ་ལམ་དུ་ཤེར་  
 བྱེན་མེད་པར་འདོད་པའི་བྱིར། འོན་ཀྱང་། སློབ་ལམ་ན་ཤེར་བྱེན་མེད་ཀྱང་།  
 བར་བྱེན་དུག་གི་ནང་ཆོན་གྱི་ཤེས་རབ་གྱི་པར་བྱེན་ཡོད་པར་འདོད་དགོས་  
 ཏེ། གསེར་སྤང་གི་དགོངས་པ་ཡང་དེར་སྤང་ལ། མཁས་པ་འགའ་ཞིག་གྲང་  
 བྱུང་པར་དེ་ལྟར་འབྱེད་ཅིང་། རྣམ་བཞད་ལས། དེ་ན་པར་བྱེན་དུག་ཡོད་

པར་གསུངས་པའི་ཕྱིར། སློབ་ལམ་ན་པར་ཕྱིན་དུག་ཡོད་དགོས་ཏེ། སངས་  
རྒྱུ་ལམ་གསུངས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་པར་ཕྱིན་དུག་པོ་དེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རྒྱུད་  
ལ་ཡོད་པ་དང་རྗེས་སུ་མ་བྱུན་པའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
མཁས་གྲུབ་ཀྱི་བཞེད་པ་ནི། གསེར་སྤང་རྣམ་བཤའ་གཉིས་གང་དང་མི་  
འདྲའོ།

གསུམ་པ་ཚེད་པ་སྤྱོད་བཤའ། ཁ་ཅིག་གསེར་སྤང་དང་རྣམ་བཤའ་ཀྱི་  
བཞེད་པ་དེ་ལྟར་མི་འདྲ་བ་དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། སློབ་དཔོན་སྤྱོད་གསུངས་སྤང་  
དང་། རྒྱུན་སྤང་དུ་ཤེར་ཕྱིན་ལ་དངོས་བཏགས་ཀྱི་བྱུང་པར་གསུངས་པ་དེ་  
དེ་གཉིས་ཀས་བཞེད་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྤྱོད་གསུངས་དང་སེང་  
བཟང་གཉིས་པོ་རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་འགྲེལ་པ་ལ་ཆད་མའི་སྤྱིས་བྱ་ཡིན་  
པར་གསེར་སྤང་དང་རྣམ་བཤའ་ཚུམ་པ་པོ་གཉིས་ཀས་ཀྱང་བཞེད་པའི་  
ཕྱིར། ཟེར་ན། སྤྱོན་མེད་དེ། གསེར་སྤང་གིས་སྤྱོད་གསུངས་དང་། སློབ་དཔོན་  
ཀྱི་དགོངས་པ་དེ་ནི་གཙོ་པོ་ལ་བཞེད། རྣམ་བཤའ་ཀྱིས་དངོས་བཏགས་  
ལ་བཞེད་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། དེས་དེ་གཉིས་ཀྱི་དགོངས་པ་ཤེར་  
ཕྱིན་ལ་གཙོ་པོ་ལ་ཡོད་པར་བཞེད་ཀྱང་། ཤེར་ཕྱིན་པལ་པ་ཡིན་ན་ཤེར་ཕྱིན་  
མིན་མི་དགོས་པའི་དཔེར་མི་པལ་པ་མི་ཡིན་པ་ལྟར་བཞེད་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་  
དེར་ཐལ། རྣམ་བཤའ་ལས། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཁོ་ན་ཤེར་ཕྱིན་དངོས་

ཡིན་ལ་ཞེས་པའི་ཁོ་ནའི་སྒྲ་སྒྲོས་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག  
 རྣམ་བཤད་དང་མཁས་གྲུབ་གཉིས་ཀྱང་ཤེར་བྱེད་ལ་བཞེད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་  
 ཡོད་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ། མཁས་གྲུབ་ཀྱིས་རྣམ་བཤད་ཀྱི་དགོངས་པ་རང་  
 དང་མཐུན་པར་བཤད་པའི་བྱིར་བེར་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། རང་གི་འདོད་པས་  
 འཐེན་ན་གང་ལ་ཡང་མ་སྟོས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་སྟོབ་ལམ་ན་ཤེར་བྱེད་ཡོད་  
 པར་ཐལ། དེ་ན་ཤེས་རབ་ཀྱི་པར་བྱེད་ཡོད་པའི་བྱིར་བེར་ན། དེ་ཞིག་མ་  
 ཁྲབ། ཉགས་དེར་ཐལ། ས་གཉིས་པ་ན་ཤེས་རབ་ཀྱི་པར་བྱེད་ཡོད་པའི་བྱིར།  
 དེར་ཐལ། ས་གཉིས་པ་ན། ཚུལ་བློམས་ཀྱི་པར་བྱེད་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ལྷག་པ་  
 ཐོབ་པའི་ཚོད་དེ་ཅམ་དུ་བཟོད་པའི་པར་བྱེད་སོགས་མེད་ཀྱང་། པར་བྱེད་  
 ལྷག་མ་ལྔ་ཡང་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་བཤད་ལས། ཚུལ་བློམས་ཀྱི་  
 པར་བྱེད་ལྷག་པ་དེ་ཅམ་དུ་བཟོད་པའི་པར་བྱེད་སོགས་དང་མི་ལྟན་པས།  
 ཚུལ་བློམས་ལྷག་པ་ཞེས་བྱའོ། ས་དེར་པར་བྱེད་ལྷག་མ་རྣམས་མེད་པ་ནི་མ་  
 ཡིན་ནོ། །ཞེས་ས་གཉིས་པའི་ཡོངས་སྒྲོང་གི་སྐབས་སུ་གསུངས་པའི་བྱིར།

གཞན་ཡང་། སྟོབ་ལམ་ན། ཤེས་རབ་ཀྱི་པར་བྱེད་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་  
 ན་པར་བྱེད་བཙུ་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་ཀྱི་ས་བཙུ་པར་བྱེད་  
 བཙུ་དང་སྒྱུར་ནས་ཉམས་ལེན་ལྷག་པར་མ་ཐོབ་པ་དང་ཐོབ་པའི་སྟོན་ས་  
 རིམ་གྱིས་འཛོག་པའི་བྱིར།



ཁ་ཅིག་ འབྲས་བུ་ཤེར་ཕྱིན་གྱི་མཚན་ཉིད་མེད་པར་ཐལ། བྱང་ཆོས་  
གསུམ་མཁ་བཞིས་བྱང་པར་དུ་བྱས་པའི་མཐར་ཐུག་གི་ཡེ་ཤེས་དེ། འབྲས་  
བུ་ཤེར་ཕྱིན་གྱི་མཚན་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཤེར་ཕྱིན་གྱི་  
མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། རེ་ཞིག་སྒྲིན་མེད་དེ། ལམ་ཤེར་ཕྱིན་སྒྲིམ་  
སྒྲོབས་གྱིས་ཐོབ་ཅིང་། བྱང་ཆོས་གསུམ་གྱིས་བྱང་པར་དུ་བྱས་པའི་མཐར་  
ཐུག་གི་ཡེ་ཤེས་དེ། འབྲས་བུ་ཤེར་ཕྱིན་གྱི་མཚན་ཉིད་དུ་རིགས་པའི་ཕྱིར།  
དེ་དེར་ཐལ། ཉེན་གྱི་བྱང་པར་སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཁོ་ནའི་རྒྱད་ལ་ཡོད་  
པ། རོ་བོའི་བྱང་པར་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས། དགག་བྱ་དང་བྲལ་བའི་  
བྱང་པར་བདེན་སྟོང་རྒྱ་མ་ལྷ་བུའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་དེ། ཕྱིན་ཟེན་པའི་  
འབྲས་བུ་ཤེར་ཕྱིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ ཤེར་ཕྱིན་ཡིན་ན། ཕྱིན་ཟེན་པའི་  
ཤེར་ཕྱིན་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་མི་  
འཐད་པར་ཐལ། ཕྱིན་མ་ཟེན་པའི་ཤེར་ཕྱིན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འཇིག་  
ཉེན་པའི་ཤེར་ཕྱིན་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། སྒྲིན་མེད་དེ། འཇིག་ཉེན་པའི་ཤེར་  
ཕྱིན་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ཤེར་ཕྱིན་མ་ཡིན་པར་འདོད་རིགས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
མདོ་ལས་འཇིག་ཉེན་པའི་ཤེར་ཕྱིན་ཡོད་པར་གསུངས་པ་དེ་བཏགས་པ་བ་  
ལ་དགོངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རྒྱད་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཀྱི་  
པར་ཕྱིན་ཆོས་ཅན། ཤེར་ཕྱིན་ཡིན་པར་ཐལ། ཤེར་ཕྱིན་གྱི་སྤྱོད་བཞུགས་དུ་

ཡོད་པའི་བྱིར་བེར་ན། མ་བྲལ། མ་བྲལ་ན། དེར་ཐལ། རྣམ་བཤད་ལས། བྱང་  
 རྒྱུ་མེས་པའི་ཐུགས་རྒྱུད་ཀྱི་བྱིན་པའི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་སོགས་ལ་  
 འདིས་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པར་བྱེད་པས་ཤེས་བྱིན་ཞེས་པའི་སྐྱ་  
 བཤད་ཏུ་ཡོད་པའི་བྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། འདོད་ན། རྣམ་བཤད་  
 ཀྱི་བཞེད་པ་ལྟར་ན་བཀག་བྱེད། ཁ་ཅིག་ བྱང་མེས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ཤེས་བྱིན་  
 མེད་ཀྱང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་པར་བྱིན་ཡོད་པའི་བྲུང་པར་འདོད་པ་མི་འཐད་པར་  
 ཐལ། གསེར་བྲེང་ལས་དེ་གཉིས་ལ་བྲུང་པར་མ་མཛད་ཅིང་། རྣམ་བཤད་  
 ལས་ཀྱང་བྲུང་པར་བྱེད་བཀགས་པར་མི་སྒྲུང་བའི་བྱིར་བེར་ན། བདེན་མོད་  
 ཀྱང་། གསེར་བྲེང་གིས་དེ་གཉིས་དོན་གཅིག་ཏུ་བཞེད་པ་ལྟར་སྒྲུང་ཞིང་།  
 རྣམ་བཤད་ཀྱིས་ཤེས་བྱིན་ལ་དངོས་བཏགས་བཤད་པ་སོགས་ཀྱིས་སློབ་  
 ལམ་ན་ཤེས་བྱིན་མེད་ལ། པར་བྱིན་རྒྱལ་ཡོད་པར་གསུངས་པས་ཤེས་རབ་  
 ཀྱི་པར་བྱིན་ཡོད་ཅིང་། མཁས་པ་འགའ་ཞིག་གིས་ཀྱང་དེ་ལྟར་བཞེད་པ་  
 གོང་ཏུ་སྐྱས་པར་ལྟར་ཡིན་ནོ།།

## དོན་བདུན་ཅུ།

༥ གཉིས་པ་འཆད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་གངས་བཤད་པ་ནི། །རྣམ་ཀུན་མཐེན་  
 ཉིད་ལམ་ཤེས་ཉིད། །ཅེས་པ་ནས། །ཆོས་ཀྱི་སྐྱེད་དང་དེ་རྣམས་བརྒྱུད། །ཅེས་  
 པའི་བར་གསུངས། ཆོག་དོན་ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། མཐེན་པ་གསུམ་ཡོད་

དེ། ཤེས་བྱའི་རྣམ་པ་ཀྱན་མངོན་སུམ་དུ་མཐེན་པའི་རྣམ་མཐེན་ཉིད་དང་།  
 ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་ཉིད་དང་། དེ་ནས་མི་རྟག་ལ་  
 སོགས་བརྩུག་པོ་ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་གཞི་ཤེས་ཉིད་  
 དང་གསུམ་ཡོད་པའི་བྱིར། དེ་ཆོས་ཅན། ཉམས་ལེན་གྱི་སྦྱོར་བ་བཞི་ཡང་  
 ཡོད་དེ། མཐེན་གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་ཀྱན་མངོན་པར་རྫོགས་པར་རྫོགས་པའི་  
 རྣམ་རྫོགས་སྦྱོར་བ་དང་། དེའི་རྣམ་པ་སྒྲོམ་པ་ལ་གོམས་པ་དབང་དུ་གྱུར་བ་  
 ཅེ་མོར་བྱིན་པའི་ཅེ་སྦྱོར་དང་། དེའི་རྣམ་པ་སྒྲོམ་པ་ལ་བརྟན་པ་མཐར་གྱིས་  
 ཉེ་རིམ་གྱིས་ཐོབ་བྱིར་དུ་སྒྲོམ་པའི་མཐར་གྱིས་སྦྱོར་བ་དང་། སྐད་ཅིག་མ་  
 གཅིག་གིས་མངོན་པར་རྫོགས་པར་བྱང་ཆུབ་པར་འགྱུར་པའི་སྐད་ཅིག་མའི་  
 སྦྱོར་བ་རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་བྱིར། དེ་ཆོས་ཅན། མཐར་ཐུག་གི་འབྲས་བུ་  
 ཆོས་སྐུ་ཡོད་དེ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་སྐུ་དེ་ཉིད་དང་དེ་ལྟར་གངས་རྣམ་  
 པ་བརྒྱད་ཡོད་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་ལུས་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ནི། སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་གདམས་  
 ངག་དང་། །ཞེས་པ་ནས། རྣམ་པ་བཞིར་ནི་ཡང་དག་བཟོད། །ཅེས་པའི་བར་  
 གསུངས། འདི་ལ་གཉིས། ཆོག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། དང་པོ་ལ་  
 གསུམ། མཐེན་གསུམ་གྱི་ལུས་རྒྱས་པར་བཤད་པ། སྦྱོར་བཞིའི་ལུས་རྒྱས་  
 པར་བཤད་པ། ཆོས་སྐུའི་ལུས་རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། དང་པོ་ལ་གསུམ། རྣམ་

མཁྱེན། ལམ་ཤེས། གཞི་ཤེས་ཀྱི་ལུས་རྒྱས་པར་བཞད་པའོ། དང་པོ་ལ་  
 གཉིས། མཆོན་བྱེད་ཀྱི་ཆོས་བཅུ་དྲུག་བཟུང་བ་དང་། བསྟན་བཞད་སྐྱབ་  
 པའོ། དང་པོ་ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། རྣམ་མཁྱེན་མཆོན་བྱེད་ཀྱི་ཆོས་བཅུ་  
 ཡོད་དེ། དང་པོ་བསམ་པ་བྱང་ཚུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་སེམས་བསྐྱེད་  
 དང་། གཉིས་པ་གཞན་དོན་སྐྱབ་པའི་ཐབས་སྟོན་པའི་གདམས་ངག་དང་།  
 གསུམ་པ་སྐྱབ་པའི་ངོ་བོ་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་སྒྲོར་ལམ་དོད་སོགས་ངེས་འབྱེད་  
 ཡན་ལག་རྣམ་པ་བཞི་དང་། བཞི་པ་ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པ་ཡི་ནི་རྟོན་གཞིར་གྱུར་  
 པའི་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་གནས་པའི་ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་རྟོན་  
 རང་བཞིན་གནས་རིགས་དང་། ལྷ་པ་ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་སྒྲོ་འདོགས་གཅད་  
 གཞི་ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་དམིགས་པ་དག་དང་། རྒྱལ་པ་དེའི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་  
 དོན་དུ་གཉེར་བའི་གཙོ་བོ་ཆེན་པོ་གསུམ་དང་། བདུན་པ་ཕྱིན་རྒྱལ་རྒྱལ་ཆོན་  
 དུ་བསྐྱས་ནས་ཉམས་སྤྲུལ་པའི་གོ་ཆའི་སྐྱབ་པ་དང་། བརྒྱད་པ་སྒྲོར་བ་  
 གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་སྒྲོ་ནས་འཇུག་པའི་བྱ་བ་འཇུག་སྐྱབ་དང་། དགུ་པ་རང་  
 འབྲས་བྱང་ཆེན་འབྱེན་པའི་ཆོགས་སྐྱབ་དང་། བཅུ་པ་སངས་རྒྱས་སྤེས་  
 པར་འབྱུང་བའི་ངེས་འབྱུང་སྐྱབ་པ་དང་བཅས་པ་རྣམས་ཏེ་གངས་རྣམ་པ་  
 བཅུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་བསྟན་བཞད་སྐྱབ་པ་ནི། ཆོས་བཅུ་མདོན་  
 སུམ་དུ་རྟོགས་པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་རྣམ་མཁྱེན་ཆོས་ཅན། རྣམ་པ་ཀུན་མདོན་

སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་མཁྱེན་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། རྟོན་གྱི་གང་ཟག་ཐུབ་པའི་མངོན་  
རྟོགས་མཐར་ཐུག་ཡིན་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་ལམ་ཤེས་ཀྱི་ལུས་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་གཉིས། མཆོན་  
བྱེད་ཀྱི་ཆོས་དང་། བསྟན་བཤད་དོ། དང་པོ་ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། ལམ་  
ཤེས་མཆོན་བྱེད་ཀྱི་ཆོས་བཙུ་གཅིག་ཡོད་དེ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་འོད་  
གྱིས་འདོད་གཟུགས་ལྟ་ནམས་ཀྱི་འོད་ཐམས་ཅད་མོག་མོག་པོར་བྱེད་པ་ལ་  
སོགས་པ་སྟེ་གོགས་མངོན་པའི་ང་རྒྱལ་དང་བྲལ་བས་མཆོན་པའི་ལམ་  
ཤེས་ཀྱི་ཡན་ལག་ལྔ་དང་། སྟོབ་མ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་  
དང་། བསེ་རུ་རང་རྒྱལ་གྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་གང་ཡིན་པ་དང་། ཆེ་  
འདི་དང་ཆེ་གཞན་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་པན་ཡོན་ཆེ་བ་དང་ལྡན་པའི་ཐེག་ཆེན་  
གྱི་མཐོང་བའི་ལམ་དང་། ཐེག་ཆེན་སྟོམ་ལམ་གྱི་པན་ཡོན་དུ་གྱུར་པའི་བྱེད་  
པ་དང་། ཐེག་ཆེན་གྱི་མོས་པ་སྟོམ་ལམ་དང་། བསྟོད་དང་བཀྱར་དང་  
བསྐྱགས་པས་མཆོན་པའི་ཡུམ་དོན་གསུམ་གྱི་གནས་སུ་ཡིད་ཆེས་པའི་  
མོས་པ་སྟོམ་ལམ་དང་། རང་གཞན་གྱི་དགོ་ཅ་རྫོགས་བྱང་དུ་བསྐྱུར་བའི་  
བསྟོ་བ་སྟོམ་ལམ་དང་། དེ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་སྒྲན་མེད་པ་  
སྟེ་ཐེག་ཆེན་གྱི་རྗེས་སུ་ཡི་རང་སྟོམ་ལམ་དག་དང་། རྟོགས་པ་མཐར་ཐུག་  
གི་ལག་རྗེས་འཛོག་བྱེད་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྐྱབ་པ་སྟོམ་ལམ་དང་། སྤངས་པ་



མཐར་ཐུག་གི་ལག་རྩེས་འཛོག་བྱེད་ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་དག་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་  
 ཐེག་ཆེན་གྱི་རྣམ་དག་སྒོམ་ལམ་རྣམས་སུ་ཡོད་ལ། བྱི་མ་རྒྱག་པོ་འདི་ནི་  
 སྒོམ་པའི་ལམ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་བསྟན་བཤད་ནི། བྱང་  
 རྒྱུ་སེམས་དཔའ་འཕགས་པ་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་ཉིད་ནི་ཆོས་  
 ཅན། ཁྱོད་མཆོན་བྱེད་སྒྲུབ་བཤད་པ་དེ་ལྟར་ཡིན་ཏེ། བཙུ་གཅིག་པོ་དེ་འདྲ་  
 བར་མདོ་ལས་བཤད་པའི་བྱིར།

གསུམ་པ་གཞི་ཤེས་ཀྱི་ལུས་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་གཉིས། མཆོན་  
 བྱེད་ཀྱི་ཆོས་དང་། བསྟན་བཤད་སྒྲུབ་བའོ། དང་པོ་ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན།  
 གཞི་ཤེས་མཆོན་བྱེད་ཀྱི་ཆོས་དགྲུ་ཡོད་དེ། ཤེས་པས་སྲིད་ལ་མི་གནས་  
 པའི་ལམ་ཤེས་དང་། སྟོང་རྩེས་ཞི་ལ་མི་གནས་པའི་ལམ་ཤེས་དང་། ཐབས་  
 ལ་མཁས་པ་མ་ཡིན་པས་འབྲས་ཡུམ་ལ་རིང་བའི་གཞི་ཤེས་དང་། ཐབས་ལ་  
 མཁས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་རིང་བ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དེ་འབྲས་ཡུམ་ལ་ཉེ་བའི་གཞི་  
 ཤེས་དང་། ཐབས་ཤེས་བྱེད་པར་ཅན་དང་བྲལ་བས་མི་མཐུན་སྟོགས་ཀྱི་  
 གཞི་ཤེས་དང་། ཐབས་ཤེས་དེ་དང་མ་བྲལ་བའི་གཉེན་པོའི་སྟོགས་ཀྱི་གཞི་  
 ཤེས་དག་དང་། སེམས་དཔའི་གཞི་ཤེས་སྦྱོར་བ་དང་། སྦྱོར་བ་དེའི་འཛིན་  
 སྟངས་མཉམ་ཉིད་དང་། དངོས་བསྟན་འདའ་བྱེད་དང་འུགས་བསྟན་འདའ་  
 བྱའི་མཐོང་ལམ་རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་བསྟན་བཤད་ནི། སྒྲུབ་

བཤད་པའི་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་སྟེ་རང་རྒྱལ་བྱང་སེམས་ཀྱི་མངོན་རྟོགས་  
དེ་དག་ཆོས་ཅན། ཀྱན་ཤེས་ཏེ་གཞི་ཤེས་མཆོན་བྱེད་ཀྱི་ཆོས་ཡིན་ཏེ། དེ་  
འདྲ་བར་ཉིད་དུ་བྱམས་པ་ཁོ་བོས་འདོད་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། འོན་ཀྱང་རྩ་བར།  
ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་མཐོང་བའི་ལམ། །ཞེས་པ་དེ་བསྐྱར་བདེ་བའི་ཆེད་ཡིན་  
ལ། དོན་ནི་མཐོང་ལམ་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་ཞེས་པ་ལྟར་འཆད་དགོས་སོ།།

གཉིས་པ་སྦྱོར་བཞིའི་ལུས་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་བཞི། རྣམ་རྟོགས་  
སྦྱོར་བ། ཅེ་མོའི་སྦྱོར་བ། མཐར་གྱིས་སྦྱོར་བ། སྐད་ཅིག་སྦྱོར་བའི་ལུས་  
རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། དང་པོ་ལ་གཉིས། མཆོན་བྱེད་དང་། བསྟན་བཤད་  
དོ། །དང་པོ་ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། རྣམ་རྟོགས་སྦྱོར་བ་མཆོན་བྱེད་ཀྱི་ཆོས་  
བཅུ་གཅིག་ཡོད་དེ། དང་པོ་སེམས་དཔའི་སྦྱོར་བའི་རྣམ་པ་དང་། སྦྱོར་བར་  
བཅས་རྣམས་ཞེས་པས་སྦྱོར་བ་སྒྲིམ་པ་དང་དེ་སྒྲིམ་པའི་དགེ་རྩ་གསོག་  
པའི་ཉན་གྱི་གང་ཟག་དང་། སེམས་དཔའི་སྦྱོར་བའི་ཡོན་ཏན་བཅུ་བཞི་དང་།  
དེའི་སྦྱོན་ནི་ཞེ་བྱུག་དང་། ལམ་ཤེར་ཕྱིན་གྱི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་མཆོན་ཉིད་དང་  
བཅས་པ་དང་། ཐེག་ཆེན་ཆོགས་ལམ་གྱི་ངོ་བོ་ཐར་པ་ཆ་མཐུན་དང་། ཐེག་  
ཆེན་སྦྱོར་ལམ་གྱི་ངོ་བོ་ངེས་འབྱེད་ཆ་མཐུན་དང་། སྦྱོབ་པ་བྱིར་མི་ལྟོག་  
པའི་དགེ་འདུན་གྱི་ཆོགས་རྟགས་དང་བཅས་པ་དང་། ཆོས་སྤྱིའི་ལག་རྗེས་  
འཛོག་བྱེད་སྤྱིད་དང་ཞི་བ་མཉམ་ཉིད་དེ་སྤྱིད་ཞི་མཉམ་ཉིད་སྦྱོར་བ་དང་།

ལོངས་སྤྱི་ལག་རྩེས་འཛོག་བྱེད་ཞིང་དག་སྒྲན་མེད་པ་སྟེ། ཞིང་དག་སྤྱིར་  
བ་དང་། བཙུ་གཅིག་པ་སྤྱལ་སྤྱི་ལག་རྩེས་འཛོག་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་མཁས་  
སྤྱིར་བ་དང་བཅས་པ་རྣམས་སུ་ཡོད་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་བསྟན་  
བཤད་ནི། སྤར་བཤད་པའི་བཙུ་གཅིག་པོ་འདི་ནི། རྣམ་ཀུན་མངོན་རྩོགས་  
རྟོགས་པ་སྟེ། རྣམ་རྩོགས་སྤྱིར་བ་མཆོན་བྱེད་ཀྱི་ཆོས་ཞེས་བྱའོ།

གཉིས་པ་ཅེ་སྤྱིར་ཀྱི་ལུས་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་སྤར་སྤར་གཉིས་  
ལས། དང་པོ་ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། ཅེ་སྤྱིར་མཆོན་བྱེད་ཀྱི་ཆོས་བརྒྱད་  
ཡོད་དེ། སྤྱིར་ལམ་བྱོད་ཐོབ་པ་དེ་ཡི་རྟགས་བཙུ་གཉིས་པོ་གང་རུང་དང་ལྟན་  
པའི་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་ངེས་འབྱེད་ཆ་མཐུན་དང་པོ་དང་། བསོད་ནམས་རྣམ་པར་  
འཕེལ་བ་སོགས་རྣམ་འཕེལ་བཙུ་བྱུག་ཆང་བའི་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་ངེས་ཆ་གཉིས་  
པ་དང་། གཞན་དོན་ལ་མི་བྱེད་པའི་བརྟན་པ་ཐོབ་པའི་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་ངེས་ཆ་  
གསུམ་པ་དང་། ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་སེམས་ཀུན་ཏུ་གནས་པ་ཐོབ་པའི་ཐེག་ཆེན་  
ཀྱི་ངེས་ཆ་བཞི་པ་དང་། ཐེག་ཆེན་ཀྱི་མཐོང་ལམ་ཅེ་སྤྱིར་ཞེས་བྱ་བ་དང་།  
སྒྲོམ་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ལམ་སྒྲོམ་ལམ་ཅེ་སྤྱིར་ཉེ་དེ་གཉིས་སོ་སོ་ལ་རང་གི་  
སྤང་བྱ་ཤེས་སྒྲིབ་གཟུང་འཛིན་ཀྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་རྣམ་པ་བཞི་ཡི་གཉིན་པོ་  
རྣམ་པ་བཞི་བཞི་དང་།

བར་ཆད་མེད་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཀྱི་ཅེ་སྤྱིར་དང་། བསལ་བྱ་ལོག་

པར་བསྐྱབས་དང་བཅས་པ་རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་བསྟན་  
བཤམ་ནི། སྤར་བཤམ་པའི་བརྒྱད་པོ་དེ་དག་ནི། ཅེ་མོའི་མངོན་རྟོགས་མཆོན་  
བྱེད་ཀྱི་ཆོས་ཞེས་བྱའོ།

གསུམ་པ་མཐར་ཀྱིས་སྦྱོར་བའི་ལུས་རྒྱས་པར་བཤམ་པ་ལ་གཉིས།  
བསྟན་བཤམ་དང་། མཆོན་བྱེད་དོ། དང་པོ་ནི། མཁྱེན་གསུམ་ཀྱི་རྣམ་པ་གོ་  
རིམ་མ་འཆོལ་བར་རིམ་ཀྱིས་སྒྲིམ་པའི་རྒྱ་མཚན་ཀྱིས་མཐར་ཀྱིས་པ་དང་།  
འོག་དེ་མ་ཐག་ཏུ་འབྱུང་བའི་ཆོས་བཅུ་གསུམ་ཀྱིས་མཆོན་ཞེས་པ་ནི།  
མཐར་ཀྱིས་པ་ཞེས་པས་བསྟན་ལ། གཉིས་པ་མཆོན་བྱེད་ཀྱི་ཆོས་ནི། ཤེས་  
བྱ་ཆོས་ཅན། མཐར་ཀྱིས་སྦྱོར་བ་མཆོན་བྱེད་ཀྱི་ཆོས་བཅུ་གསུམ་ཡོད་དེ།  
སྦྱིན་པའི་པར་ཕྱིན་སོགས་པར་ཕྱིན་དུག་གི་མཐར་ཀྱིས་སྦྱོར་བ་དུག་དང་།  
སངས་རྒྱས་ཆོས་དགེ་འདུན་ལྷ་གཏོང་བ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཏེ་རྗེས་དན་དུག་གི་  
མཐར་ཀྱིས་སྦྱོར་བ་དུག་དང་། དངོས་མེད་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་མཐར་ཀྱིས་སྦྱོར་བ་  
གཅིག་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་རྣམ་པ་གསུམ་དང་རྣམ་པ་བཅུ་བཞུགས་པས་བཅུ་  
གསུམ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

བཞི་པ་སྐད་ཅིག་སྦྱོར་བའི་ལུས་རྒྱས་པར་བཤམ་པ་ལ་སྤར་ལྟར་  
གཉིས་ལས། དང་པོ་བསྟན་བཤམ་ནི། བྱ་རྟོགས་ཀྱི་བྱང་མཐའི་སྐད་ཅིག་མ་  
གཅིག་གིས་མངོན་པར་རྟོགས་པར་བྱང་ཆུབ་པར་འགྱུར་བའི་རྒྱན་མཐའི་

སྐྱོར་བ་ནི། སྐད་ཅིག་མའི་སྐྱོར་བ་ཞེས་བྱའོ། །གཉིས་པ་མཆོན་བྱེད་ནི།  
ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། སྐད་ཅིག་མའི་སྐྱོར་བ་མཆོན་བྱེད་ཀྱི་ཆོས་རྣམ་པ་བཞི་  
ཡོད་དེ། རོ་བོ་གཅིག་ལ་ལྟོག་པ་ཐ་དད་པའི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་སྤེལ་ས་རྣམ་  
པར་སྒྲིན་པའི་སྐད་ཅིག་མའི་སྐྱོར་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་མ་  
ཡིན་པ་དང་། མཆོན་ཉིད་མེད་པ་དང་། གཉིས་སུ་མེད་པའི་སྐད་ཅིག་མའི་  
སྐྱོར་བ་རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་བྱིར།

གསུམ་པ་ཆོས་སྐྱའི་ལུས་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་གཉིས། མཆོན་བྱེད་  
དང་། བསྟན་བཤད་དོ། །དང་པོ་ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། འབྲས་བྱ་ཆོས་སྐྱ་  
མཆོན་བྱེད་ཀྱི་ཆོས་བཞི་ཡོད་དེ། དག་པ་གཉིས་ལྟན་ཀྱི་རོ་བོ་ཉིད་སྐྱ་དང་།  
ངེས་པ་ལྟ་ལྟན་ཀྱི་ལོངས་སྐྱོད་རྫོགས་པའི་སྐྱ་དང་བཅས་པ་དང་། དེ་བཞིན་  
དུ་སྐྱ་དེ་གཉིས་ལས་གཞན་པ་སྐྱ་ལ་པའི་སྐྱ་དང་། ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱ་མཛད་པ་  
འཕྲིན་ལས་དང་བཅས་པ་རྣམ་པ་བཞིར་ནི་ཡང་དག་པར་བརྗོད་པའི་བྱིར།  
གཉིས་པ་བསྟན་བཤད་ནི། ཆོས་སྐྱ་ཞེས་པས་སྐྱར་ལ། དེ་ཡང་སློབ་དཔོན་  
ཀྱིས་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱའི་ལུས་རྣམ་གཞག་གི་གཞུང་དང་། བསྟན་བཤད་སྐྱོར་  
བའི་གཞུང་དུ་འང་བཞེད་པས་དེ་ལྟར་བཤད་ལ། སློབ་དཔོན་འཕགས་པ་ལྟར་  
ན་བསྟན་བཤད་སྐྱོར་བའི་གཞུང་ཁོ་ནར་བཞེད་ཅེས་གསུངས།



## མཁྱེན་གསུམ།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ་ཁ་ཅིག་ཆོས་  
ཐམས་ཅད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཤེས་པ་ཡིན་ན། རྣམ་མཁྱེན་ཡིན་པས་  
ཁྱབ་ཟེར་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཆོས་ཅན།  
དེར་ཐལ། དེའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱད་ཀྱི་ཤེས་པ་  
ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཁྱབ་སྟེ། སྟོང་དཔོན་གྱིས་སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་དབང་  
པོའི་ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཀྱང་ཡུལ་ཐམས་ཅད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་  
པར་གསུངས་པས་དེའི་ཡེ་ཤེས་ལ་བརྗོད་མི་དགོས་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། ཡེ་  
ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྤྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དབང་ཤེས་ཡིན་  
པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། མིག་ཤེས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཁ་ཅིག་བྱང་སེམས་ཀྱི་  
མཁྱེན་པ་ཡིན་ན། ལམ་ཤེས་ཡིན་པ་ཁྱབ་ཟེར་ན། བྱང་སེམས་ཀྱི་ཆོགས་  
ལམ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་སྤྱིར། འདོད་ན། བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་  
མཁྱེན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྤྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། བྱང་སེམས་སོ་  
སྟེའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་སྤྱིར།

ཁ་ཅིག་ལམ་ཤེས་ཡིན་ན། བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་རྒྱད་ཀྱི་མཁྱེན་  
པ་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། རྣམ་མཁྱེན་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་སྤྱིར། དེར་  
ཐལ། འབྲས་བུ་ལམ་ཤེས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། སངས་རྒྱས་

འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་མཁྱེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ཐེག་དམན་པའི་རྒྱུད་  
 ཀྱི་མཁྱེན་པ་ཡིན་ན། གཞི་ཤེས་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཚོགས་  
 ལམ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་མཁྱེན་པ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཚོགས་ལམ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་གཞི་ཤེས་ཡིན་ན། ཐེག་དམན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་  
 པ་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན། གཉིན་པོའི་སྤྱོད་ཀྱི་གཞི་ཤེས་ཆོས་ཅན། དེར་  
 ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སྒྲོར་བ་བཞི་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན། བྱང་སེམས་འཕགས་  
 པའི་མཁྱེན་པ་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན། ཐེག་ཆེན་ཀྱི་ཚོགས་ལམ་ཆོས་ཅན།  
 དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་རྫོགས་སྒྲོར་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་  
 ཐལ། སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན་སྤྲོད། ཁ་ཅིག་ཐེག་  
 ཆེན་ཀྱི་མཁྱེན་པ་ཡིན་ན། སྒྲོར་བ་བཞི་པོ་གང་རུང་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན།  
 དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། སྐད་ཅིག་མའི་སྒྲོར་བ་ཡིན་ན། ས་བརྩུ་པའི་ཡེ་ཤེས་  
 ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་མཁྱེན་གསུམ་འགལ་བེད་ན། དེ་མི་འགལ་  
 པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་གཞི་ཤེས་ཡིན་ན་མཁྱེན་པ་  
 གསུམ་ཀ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སྒྲོར་བ་བཞིའི་གཞི་མཐུན་པ་ཡོད་  
 བེད་ན། དེ་མེད་པར་ཐལ། སྐད་ཅིག་སྒྲོར་བ་དང་མཐར་གྱིས་སྒྲོར་བའི་གཞི་

མ་ཐུན་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྐད་ཅིག་སྒྲོར་བ་ནི། རྒྱན་མཐའི་སྒྲོར་  
དངོས་གང་རུང་གིས་བསྐྱས། མཐར་གྱིས་སྒྲོར་བ་ནི། དེའི་སྒྲོར་ལ་ཁོ་ན་ན་  
ཡོད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། ཆོས་བརྩ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་མཐར་  
ཕྱིན་པའི་ཡེ་ཤེས། སྐབས་འདིར་བསྟན་པའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་མཆོན་ཉིད། དེ་  
ལ་ཇི་ལྟ་ཇི་སྟེད་མངོན་སུམ་དུ་མཁྱེན་པའི་རྣམ་མཁྱེན་གཉིས། ཐབས་ཤེས་  
བྱུང་པར་ཅན་གཉིས་ཀྱིས་ཟིན་པའི་ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ། ལམ་  
ཤེས་གྱི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་  
གསུམ། ཐེག་དམན་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པའི་འཕགས་རྒྱུད་གྱི་  
མཁྱེན་པ་དང་། ཐེག་དམན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ་གང་རུང་གིས་བསྐྱས་  
པའི་འཕགས་རྒྱུད་གྱི་མཁྱེན་པ། གཞི་ཤེས་གྱི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་མི་མ་ཐུན་  
སྒྲོགས་དང་གཉིན་པོའི་སྒྲོགས་གྱི་གཞི་ཤེས་གཉིས། མཁྱེན་གསུམ་གང་  
རུང་གི་རྣམ་པ་སྒྲོམ་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟིན་པའི་སེམས་དཔའི་རྣལ་འབྱོར།  
རྣམ་རྟོགས་སྒྲོར་བའི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་བརྒྱ་དོན་གསུམ་མོ། དེ་དང་སེམས་  
དཔའི་ཡེ་ཤེས། ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པ། ཐེག་ཆེན་སྒྲོར་བ། རྣམ་མཁྱེན་སྒྲོར་བ།  
གོ་སྐྱབ་རྣམས་དོན་གཅིག མཁྱེན་གསུམ་གང་རུང་གི་རྣམ་པ་བསྒྲོམ་པ་ལ་  
གོམས་པ་དབང་སྒྱུར་བྱེད་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོར་ལམ་ཐོབ་པའི་སེམས་

དཔའི་རྣལ་འབྱོར། ཅེ་སྒྲོར་གྱི་མཆན་ཉིད། དེ་ལ་བཞིའོ། །མཁུན་གསུམ་གང་  
 རུང་གི་རྣམ་པ་བསྒྲོམ་པ་ལ་བརྟན་པ་ཐོབ་ཕྱིར་དུ་མཐར་གྱིས་སྒྲོམ་པར་བྱེད་  
 པའི་ཤེས་རབ་གྱིས་ཟིན་ཅིང་སྐད་ཅིག་སྒྲོར་བ་མ་ཐོབ་པའི་སེམས་དཔའི་  
 རྣལ་འབྱོར། མཐར་གྱིས་སྒྲོར་བའི་མཆན་ཉིད། དེ་ལ་བཙུ་གསུམ། མཁུན་  
 གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་སྒྲོམ་པའི་བསྟན་པ་ཐོབ་ཟིན་ཅིང་རྒྱན་མཐའི་སྒྲོར་དངོས་  
 གང་རུང་གིས་བསྐྱུས་པའི་སེམས་དཔའི་རྣལ་འབྱོར། སྐད་ཅིག་མའི་སྒྲོར་  
 བའི་མཆན་ཉིད། དེ་ལ་བཞི། སྒྲོར་བཞི་བསྒྲོམས་སྟོབས་གྱིས་ཐོབ་པའི་ཐོབ་  
 བྱ་མཐར་ཐུག འབྲས་བུ་ཆོས་སྐྱའི་མཆན་ཉིད། དེ་ལ་འང་བཞི་ཡོད་  
 ཇོ། །འདིར་སྒྲོ་ཙམ་བསྟན་ལ་ཞིབ་པར་གཞན་དུ་འཆད་པ་ལས་ཤེས་པར་  
 བྱའོ།

གསུམ་པ་ཙོད་པ་སྒྲོར་བ་ལ། ཁ་ཅིག་རྣམ་མཁུན་ཡིན་ན། གཞི་ཤེས་  
 ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། གཞི་ཤེས་པས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་བེད་ན། མ་  
 བྱུང་ན། དེར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན་གཞི་ལམ་རྣམ་གསུམ་ཤེས་པས་བྱུང་  
 བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། ཆོས་ཐམས་ཅད་ཤེས་པས་བྱུང་བའི་ཕྱིར།  
 དེར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། ཆོས་ཐམས་ཅད་མངོན་སུམ་དུ་ཉོགས་པས་བྱུང་བའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། བདེན་གཉིས་ལས། མཁུན་པའི་ཡེ་ཤེས་གཅིག་གིས་  
 བློ། །ཤེས་བྱའི་དགྱིལ་འཁོར་ཀྱན་བྱུང་བ་ཅན། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

འདོད་མི་རྒྱས་སེ་བེར་ན། འོ་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཡིན་ན། གཞི་ཤེས་  
ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། གཞི་ཤེས་པས་བྱུང་པའི་བྱིར། བྱུང་པ་  
ཁས། ཏྲགས་དེར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་མངོན་སུམ་དུ་ཤེས་  
པས་བྱུང་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དབྱ་མ་འཇུག་པ་ལས། མཁྱེན་བཟང་ཁྱོད་  
ཀྱིས་སྐད་ཅིག་གིས་ནི་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ཐུགས་སུ་ཚུད། ཅེས་གསུངས་  
པའི་བྱིར། འདོད་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཡིན་ན། ཤེས་པ་ཡིན་དགོས་  
པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། གཟུགས་སྐྱ་གཉིས་ཡོད་པའི་  
བྱིར། ཁ་ཅིག་ ཐེག་དམན་གྱི་མཁྱེན་པ་དང་གཞི་ཤེས་དོན་གཅིག་ བྱང་  
སེམས་གྱི་མཁྱེན་པ་དང་ལམ་ཤེས་དོན་གཅིག་པར་ཐལ། གསེར་སྤེང་ལས་  
དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་གསུངས་པའི་བྱིར་བེར་ན། མ་བྱུང་སྟེ། དེ་ནི་གཞན་གྱི་བཞེད་  
པ་བཀོད་པ་ཙམ་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། མཁྱེན་གསུམ་གང་རུང་  
ཡིན་ན་འཕགས་རྒྱུད་གྱི་མཁྱེན་པ་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་མི་  
འཐད་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་གཞི་ཤེས་ཡོད་ཅིང་། གཞན་གཉིས་  
ཀྱང་ཡོད་པའི་བྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། ཅུ་བར། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ཉིད་  
དང་། །ཞེས་པའི་དང་གི་སྐྱས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་གཞི་ཤེས་ཡོད་པར་  
བསྟན་པར་སྟོབ་དཔོན་གྱིས་བཤའ་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་  
གཞི་ཤེས་དང་མི་མཐུན་སྟོགས་ཀྱི་གཞི་ཤེས་གཉིས་པོ་དེ། སྤར་གཞི་ཤེས་



གྱི་མཚན་ཉིད་དུ་བཞག་པ་དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་སྤྱིར་བཏག་  
 བ། རྩེ་སྤྱི་ཉིས་མགོ་བཅད་ན་ལེགས་མོད། འོན་ཀྱང་། འདོད་བྱས་པ་ལ། དེ་  
 མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་དམན་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་ཡང་མི་གནས། ཐེག་  
 དམན་འཕགས་པའི་མཐུན་པ་ཡང་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་བཏག་བ། མ་ཁྱབ། དང་པོ་  
 མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། ཐེག་དམན་པས་སྟོང་ཉིད་གཙོ་བོར་མི་སྒྲོམ་པའི་སྤྱིར་  
 ཁ་ཅིག་མ་ཁྱབ་ཐེད། གཉིས་པ་དེར་ཐལ། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་  
 གྱི་གཞི་ཤེས་ཡོད་པའི་སྤྱིར་ཁ་ཅིག་ནམ་རྟོགས་སྤྱོད་པ་ཡིན་ན། མཐུན་  
 གསུམ་གང་རུང་གི་ནམ་པ་སྒྲོམ་པས་མ་ཁྱབ་པར་ཐལ། ཅེ་མའི་སྤྱོད་པ་ཡིན་  
 བ། མཐུན་གསུམ་གང་རུང་གི་ནམ་པ་ལ་གོམས་པ་དབང་སྒྱུར་བྱེད་པས་མ་  
 ཁྱབ་པའི་སྤྱིར་བཏག་བ། མ་ཁྱབ། ཉགས་དེར་ཐལ། མཐུན་གསུམ་གང་རུང་གི་  
 ནམ་པ་སྒྲོམ་པ་ལ་གོམས་པ་དབང་སྒྱུར་བྱེད་པ་ཅམ་གྱིས། མཐུན་གསུམ་  
 གང་རུང་གི་ནམ་པ་ལ་གོམས་པ་དབང་སྒྱུར་བྱེད་པར་འཛོག་མི་རུས་པའི་  
 སྤྱིར་དེར་ཐལ། གཞི་ཤེས་དང་ནམ་མཐུན་གྱི་ནམ་པ་སྒྲོམ་པ་ལ་གོམས་པ་  
 དབང་སྒྱུར་བྱེད་པ་ཅམ་གྱིས་དེ་གཉིས་ལ་དབང་སྒྱུར་བྱེད་པར་འཛོག་མི་  
 རུས་པའི་སྤྱིར་དེར་ཐལ། མཐུན་གསུམ་གང་རུང་གི་ནམ་པ་ཡིན་ན། མཐུན་  
 གསུམ་གང་རུང་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་བཞེད་པའི་ལྷགས་འདི་འདོད་རིགས་  
 པའི་སྤྱིར་ཁ་ཅིག་སྐད་ཅིག་མའི་སྤྱོད་པ་ཡིན་ན། རྒྱན་མཐའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་

དགོས་པར་ཐལ། རྣམ་བཤད་ལས། ས་མཆམས་རྒྱན་མཐའ་ཁོ་ན་ན་ཡོད་  
དོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར་བེར། ཁ་ཅིག འདི་སྐས་ཟེན་ལྟར་ཁས་ལེན་  
ཀྱང་། རྒྱན་མཐའི་སྒྲོར་བ་རྒྱན་མཐའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པར་འདོད་ན་མ་གཏོགས།  
དེ་ལྟར་ཁས་ལེན་མི་རིགས་པའི་བྱིར། བྱི་མ་དེར་ཐལ། རྒྱལ་ཆ་བཞིན་གྱིས་  
ཐེག་ཆེན་སྒོ་འབྲེད་ལས་སྐད་ཅིག་མའི་སྒྲོར་བ་རྒྱན་མཐའི་སྒྲོར་བ་ནས་  
ཡོད་པར་གསུངས་ཤིང་། རྒྱན་མཐའི་སྒྲོར་བའི་ལམ་རྒྱན་མཐའི་ཡེ་ཤེས་སུ་  
འདོད་ན། རྒྱན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་དུ་ཐལ་བའི་སྒྲོན་སྒྲུང་བའི་བྱིར།  
དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་རྒྱན་མཐའ་བ་དེ་རྒྱན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་པར་  
གསུངས་པའི་རིགས་པས་གཞོད་པའི་བྱིར། དེས་ན། སྤར་གྱི་ལུང་དེ་རྒྱན་  
མཐའི་སྒྲོར་དངོས་གང་རུང་གིས་བསྐྱས་པ་ལ་དགོངས་པ་འདྲ་ལ།

ཁ་ཅིག ལུང་དེའི་དོན་སྐད་ཅིག་སྒྲོར་བ་སྒྲོན་པའི་ལུས་རྣམ་གཞག་གི་  
དངོས་བསྟན་ལ་དགོངས་གསུང་བ་ཡང་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ལ་དགོངས་  
ན། ཆོག་དོན་ཡན་ལག་གི་སྐད་ཅིག་སྒྲོར་བ་སྒྲོན་པའི་སྐབས་ལ་ཡང་  
དགོངས་པར་འགྱུར་བས། དེ་ལྟར་ན། ཅ་བར། ཇི་ལྟར་སྐྱེས་བུས་ཐོ་ཆུན་  
རྒྱན། ཞེས་སོགས་ཀྱི་དཔེ་ལ་བརྟེན་ནས་རྣམ་བཤད་གྱིས་བཤད་པ་མཛད་  
པ་ཡང་འགལ་བའི་བྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་བཤད་ལས། དེའི་དོན་འཆད་པ་ན།  
དེ་རྒྱན་མཐའི་སྒྲོར་བའི་ལམ་གྱི་ཆེ་ཡིན་ལ། ཞེས་སོགས་གསུངས་པའི་

ཕྱིར། འོ་ན་འགྲེལ་བ་དོན་གསལ་འདིར་ལུས་རྣམ་གཞག་གི་ཆིག་འགྲེལ་  
དངོས་སུ་མ་གསུངས་པའི་རྒྱ་མཆན་གང་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ཡོད་དེ། འགྲེལ་བ་  
འདིས་རྒྱན་གྱི་ཆིག་དོན་མདོར་བསྡུས་ནས་གཞུང་ཅུང་ཅུ་བྱེད་འདོད་ནས་  
དེ་དངོས་སུ་མ་གསུངས་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་ཡིན་ཀྱང་། འགྲེལ་བར་ཆིག་དོན་  
ཡན་ལག་རྒྱས་བཤད་ཀྱི་འགྲེལ་བ་དང་ལྗོས་པའི་སྒྲོན་དུ་འགྱུར་བར་  
གསུངས་པ་དང་མི་འགལ་ཏེ། དེའི་དོན་འགྲེལ་བ་འདི་ཆིག་ཅུང་ཅུ་མཛད་  
འདོད་ནས་དེ་ལྟར་གསུངས་ཀྱི། དེ་ལྟར་མིན་ན། རྒྱན་སྒྲུང་དང་ཤིག་བྱེད་  
ཐམས་ཅད་ཀྱང་ལྗོས་སྒྲོན་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།

### སེམས་བསྐྱེད།

༥ གཉིས་པ་ཆིག་དོན་ཡན་ལག་གི་སྒྲོན་ནས་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་  
གསུམ། མཁྱེན་གསུམ་རྒྱས་པར་བཤད་པ། སྒྲུར་བཞི་རྒྱས་པར་བཤད་པ།  
ཆོས་སྒྲུ་རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། རྣམ་མཁྱེན་བཤད་པ།  
དེར་འགྲོད་པའི་ལམ་ཞེས་བཤད་པ། དེ་དག་བྱེད་ཀྱི་ཡན་ལག་གཞི་ཞེས་  
བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་གཞན་དོན་ཕྱིར། །ཞེས་པ་ནས་།  
ངས་འབྲུང་སྒྲུབ་པ་ཡིན་ཞེས་བྱ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས། འདི་ལ་ཡང་  
མཆོན་བྱེད་ཀྱི་ཆོས་བཙུའི་དང་པོ་སེམས་བསྐྱེད་འཆད་པ་ནི། སེམས་  
བསྐྱེད་པ་ནི་ཞེས་པ་ནས། ཉི་ཤུ་ཙ་གཉིས་སོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས།

འདི་ལ་གཉིས། ཚིག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། དང་པོ་ནི། གཞན་  
དོན་གྱི་ཕྱིར་དུ་རང་གི་གྲོགས་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ལ་  
དམིགས་པའི་འདོད་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་དུ་གྱུར་པའི་ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་  
འབྲུག་སྒྲིའི་རིགས་སུ་གནས་པས་རབ་ཏུ་སྤྱེ་བའི་ཐེག་ཆེན་གཙུག་པོའི་ཡིད་  
གྱི་རྣམ་རིག་བྱེད་པར་ཅན་དེ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཐེག་ཆེན་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་  
པའི་ངོ་བོ་ཡིན་ཏེ། དེའི་འཛོག་བྱེད་ཀྱི་དོན་ཆང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདིས་  
ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་བསྟན་ལ། དེ་འགྲེལ་པས་འཆད་པ་  
ལ། སངས་རྒྱལ་སུ་གྱུབ་ནས་གཞན་གྱི་དོན་གྱི་ཕྱིར། ཞེས་པ་ནས། རྣམ་པ་  
གཉིས་སོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས། དམིགས་ཡུལ་བྱང་ཆུབ་དེ་དང་གཞན་  
དོན་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། རྒྱལ་བའི་ཡུམ་རྒྱལ་འབྲིང་བསྐྱུས་གསུམ་ཀ་ལས་ཀྱང་།  
བསྐྱུས་པ་དང་རྒྱལ་བའི་སྒྲོ་ནས་བརྗོད་པར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། ཡུམ་བར་མའི་  
མདོ་ལས། ལྷ་རིའི་བྱ་འདི་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་  
ཞེས་སོགས་ཀྱི་གཞུང་ཆན་པ་གཉིས་ཀྱིས་བསྟན་པ་དེ་བཞིན་དུ། གཞན་  
གཉིས་ལས་དོན་ཆང་བར་བསྟན་པའི་ཕྱིར། འདིས་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་དམིགས་  
ཡུལ་བསྟན་ལ། དེ་འགྲེལ་པས་འཆད་པ་ལ། རྒྱལ་བའི་ཡུམ་རྣམ་པ་གསུམ་  
ཅར་ལས་ཀྱང་། ཞེས་པ་ནས། ཤེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས།  
སྤར་བཤད་པའི་སེམས་བསྐྱེད་དེ་ཡང་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་དབྱེ་ན། རྣམ་པ་ཉི་

ཤུ་ཙ་གཉིས་ཡོད་དེ། དཀར་ཆོས་ཀྱི་གཞི་རྟེན་བྱེད་པའི་ས་ལྟ་བུའི་སེམས་  
 བསྐྱེད་དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་བར་དུ་མི་ཉམས་པའི་གསེར་ལྟ་བུའི་སེམས་  
 བསྐྱེད་དང་། དག་བའི་ཆོས་གོང་འཕེལ་དུ་འགྱུར་བའི་སྒྲ་བ་ཆོས་པ་ལྟ་བུའི་  
 སེམས་བསྐྱེད་དང་། མཁའ་གསུམ་སྒྲོམ་པ་ལ་སྒྲིབ་པའི་བྱད་ཤིང་མངོན་  
 གྱུར་པ་སྟེག་པར་བྱེད་པའི་མེ་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་དང་། ཡོངས་སྟོང་གིས་  
 སེམས་ཅན་ཆོས་པར་བྱེད་པའི་གཏེར་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་དང་། ཡོན་ཏན་  
 རིན་པོ་ཆའི་རྟེན་བྱེད་པའི་རིན་པོ་ཆའི་འབྲུང་གནས་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་  
 དང་། མི་འདོད་པ་ཐོག་ཏུ་བབ་ཀྱང་མི་འཇུགས་པའི་རྒྱ་མཚོ་ལྟ་བུའི་སེམས་  
 བསྐྱེད་དང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ལ་མི་བྱེད་པའི་བརྟན་པ་ཐོབ་པའི་རྩི་རྩེ་  
 ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་དང་། ཏིང་ངེ་འཛིན་ལ་དམིགས་པའི་གཡེང་བས་  
 བསྐྱེད་མི་རུས་པའི་རིའི་རྒྱལ་པོ་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་དང་། སྒྲིབ་གཉིས་ཀྱི་  
 བད་ཞི་བར་བྱེད་པས་སྒྲན་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་དང་། སེམས་ཅན་ཡོངས་  
 ལྷ་མི་གཏོང་བས་དག་བའི་བཤེས་གཉེན་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་། མངོན་  
 པར་ཤེས་པ་ལྡས་འདོད་པ་རིམ་ལྔ་བ་བཞིན་དུ་སྒྲུབ་པའི་ཡིད་བཞིན་གྱི་རྟོག་  
 བུ་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་དང་། གདུལ་བྱ་སྒྲིན་པར་བྱེད་པའི་ཉི་མ་ལྟ་བུའི་  
 སེམས་བསྐྱེད་དང་། ཆོས་ཀྱི་སྒྲ་དབྱངས་སྒྲོགས་པའི་སྒྲུ་ལྟ་བུའི་སེམས་  
 བསྐྱེད་དང་། མཐུ་ཐོགས་པ་མེད་པས་གཞན་དོན་སྒྲུབ་པའི་རྒྱལ་པོ་ལྟ་བུའི་



སེམས་བསྐྱེད་དང་། ཆོགས་གཉིས་ཀྱི་མངོན་འཛིན་པའི་བང་མངོན་ལྟ་བུའི་  
སེམས་བསྐྱེད་དང་། འཕགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ལམ་དེ་ནས་གཤེགས་ཤིང་  
གཤེགས་པར་འགྱུར་བའི་ལམ་པོ་ཆེ་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་དང་། སྤྱི་ཞིའི་  
མཐའ་གང་དུ་ཡང་མི་ལྟར་བའི་བཞུགས་པ་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་དང་། ཐོས་པ་  
དང་མ་ཐོས་པའི་ཆོས་ཀྱི་མངོན་མི་བྱད་པའི་བཀོད་མའི་ཚུ་ལྟ་བུའི་སེམས་  
བསྐྱེད་དང་། གདུལ་བྱ་འཁོར་བ་ལས་སྒྲོལ་བའི་སྟོན་པ་སྒྲོགས་པའི་སྒྲ་སྟོན་  
ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་དང་། གདུལ་བྱ་འདུལ་བའི་རུས་པ་རྒྱན་ཆད་པ་མེད་  
པའི་ཚུ་བོ་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་དང་། མངོན་པ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོན་ས་ཆོས་  
ཀྱི་ཆར་འབབས་པའི་སྒྲིན་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་རྣམས་ཀྱིས་དབྱེ་བས་ཉི་  
ཤུ་ཙུ་གཉིས་ཡོད་པའི་བྱིར། དེའི་དོན་འགྲེལ་པར་འཆད་པ་ལ། འདུན་པ་  
དང་། བསམ་པ་དང་། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་གྲོགས་ཉེར་གཉིས་དང་། གསེར་  
བཟང་པོ་དང་། ལྷ་བ་ཆོས་པ་དང་། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་དཔེ་ཉེར་གཉིས་དང་།  
ཆོས་དཀར་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཞིའི་དངོས་པོ་དང་། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་དཔེ་  
གྲོགས་ཆོས་མཐུན་སྦྱར་ཚུལ་ཀྱི་སྒྲོན་ས་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ།

ཅུ་འགྲེལ་དེ་དག་གང་ལས་འསྐྱོས་པའི་ཚུལ་ཡོད་དེ། དུམ་ཀྱི་མདོ་  
ལས། རྒྱ་རིའི་བྱ་འདི་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་ཆོས་  
ཐམས་ཅད་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མངོན་པར་འཆང་རྒྱ་བར་འདོད་པས་ཤེས་

རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ་ཞེས་པའི་མདོར་བསྟན་ནས་  
བཟུང་སྟེ། སྒྲུང་པོ་ཆེའི་ལྷ་སྒྲུངས་ཀྱིས་བལྟ་བར་འདོད་པས་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་  
རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། ཞེས་པའི་བར་གྱིས་སེམས་བསྐྱེད་ཉིར་  
གཉིས་སྐས་དོན་གྱི་ཚུལ་དུ་བཤད་པ་ལས་འཕྲོས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སེམས་  
བསྐྱེད་ཉིར་གཉིས་སོ་སོར་མདོ་དང་སྒྲོར་ཚུལ་ཡོད་ཀྱང་མང་བར་དོགས་  
ནས་མ་དྲངས་སོ།།

༄ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ་ཁ་ཅིག་བསྐྱས་  
དང་རྒྱས་པའི་སྒྲོ་ནས་བརྗོད། །ཅེས་པའི་བསྐྱས་པའི་དོན་མདོན་རྟོགས་རྒྱན་  
གྱི་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་སྟོན་པའི་སྐབས་དང་། རྒྱས་པ་ནི་རྒྱན་གྱི་  
སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་རབ་དབྱེ་སྟོན་པའི་སྐབས་ལ་བྱེད་པ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་མི་  
འཐད་པར་ཐལ། དེའི་དོན་སྒྲར་བཤད་པ་ལྟར་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་དམིགས་  
ཡུལ་གཉིས་ཡུམ་བར་མ་ལས་མདོར་བསྟན་རྒྱས་བཤད་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་  
བསྟན་པ་དེ་བཞིན་དུ། གཞན་གཉིས་ལས་ཀྱང་དེ་ལྟར་བསྟན་ཞེས་པའི་དོན་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ངན་སོང་གསུམ་གྱི་རྟོན་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་  
གསར་དུ་སྐྱེ་བ་མེད་ཟེར་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་འགའ་  
ཞིག་ལས་ཉོན་གྱི་དབང་གིས་ངན་སོང་གསུམ་དུ་སྐྱེ་བ་ལེན་པ་ཡོད་པའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྐྱེས་རབས་ལས། ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་བསམ་མི་

ཁྱེད། །བཅེ་བའི་བདག་ཉིད་ཆེ་ཡང་དུད་འགྲོར་སྤྱེས། །ཞེས་པ་དང་། མདོ་སྤྱི་  
རྒྱན་ལས། རིང་མོ་ཞིག་ནས་ངན་སོང་དུ། །འགྲོ་ཞིང་སྤྱར་བར་ཐར་བར་  
བྱེད། །དེ་ཡང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཆུང་དུ་སྤྱོད། །སྤྱོད་བཅས་སེམས་ཅན་སྤྱིན་པར་  
བྱེད། །ཅེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་ལྟར་ཡོད་པར་ཐལ། དཔྱལ་  
བའི་རྟོན་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་གསར་དུ་སྤྱོད་བ་ཡོད་པ་གང་ཞིག་གཞན་  
གཉིས་ཀྱི་རྟོན་ལ་ཡང་དེ་གསར་དུ་སྤྱོད་བ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ།  
བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་དཔྱལ་བའི་ཤིང་རྟ་འཛེན་པའི་བྱུང་དུ་སྤྱོད་འབྲུངས་པའི་  
དུས་ཤིག་ལ་བྱང་ཆུབ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པར་རྟོན་ལན་བསབས་པའི་མདོ་  
ལས་བཤད་པའི་སྤྱིར། གཉིས་པ་དེར་ཐལ། ཡི་དྲགས་ཀྱི་རྟོན་ལ་དེ་གསར་དུ་  
སྤྱོད་བ་ཡོད་པ་གང་ཞིག་དུད་འགྲོའི་རྟོན་ལ་ཡང་ཡོད་པའི་སྤྱིར། དང་པོ་དེར་  
ཐལ། ཟ་མ་རྟོག་བཀོད་པའི་མདོ་ལས། འཕགས་པ་འཇིག་རྟོན་དབང་ཕྱག་  
གིས་ཡི་དྲགས་མང་པོ་བདེན་པ་ལ་བཀོད་པར་གསུངས་པའི་སྤྱིར། ཁྱབ་སྤྱོད་  
དེའི་དོན་བདེན་པ་མཐོང་བ་ལ་གསར་དུ་བཀོད་པའི་དོན་དུ་མི་རུང་བར་  
བདེན་པ་མཐོང་བའི་ཐབས་བྱང་ཆུབ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་འཆད་དགོས་  
པའི་སྤྱིར། གོང་གི་གཉིས་པ་དེར་ཐལ། ལྷའི་རྟོན་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་  
གསར་དུ་སྤྱོད་བ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། ལྷའི་རྒྱལ་པོ་རྒྱ་མཚོས་ཞུས་པའི་  
མདོ་ལས། ལྷ་ཉིས་ཁྱི་ཆེག་སྟོང་གིས་བྱང་ཆུབ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པར་གསུངས་

པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། ངན་སོང་གསུམ་གྱི་རྟོན་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་  
 གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་གསུམ་གྱི་རྟོན་ལ་ཆོར་བ་སྤྱད་བསྐྱེད་  
 མངོན་འགྱུར་བ་སྟོང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་  
 པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་དེ་ཡོད་ཀྱང་མི་མ་ཡིན་པའི་འགྲོ་བའི་རྟོན་གཞན་ལ་ཐེག་  
 ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་མེད་ཟེར་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། ལྷའི་རྟོན་  
 ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཅ་  
 བར། ལྷ་ནམས་རུང་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར། །ཞེས་སོགས་གསུངས་ཤིང་། མདོ་  
 ལས་ཀྱང་། ལྷའི་བྱ་གང་དག་གིས་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་  
 བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་མ་བསྐྱེད་པ་དེ་དག་གིས་ཀྱང་། སྒྲ་ན་མེད་པར་ཡང་དག་  
 པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་  
 ཕྱིར། ཁ་ཅིག་གཟུགས་མེད་ཁམས་པའི་རྟོན་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་  
 གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་ཟེར་ན། དེ་ཞིག་དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེར་སྐྱེས་པའི་  
 བྱང་སེམས་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ན་སེམས་ཅན་འདི་ནི་དབྱིབས་འདི་ལྟ་བུའོ་ཞེས་  
 དངོས་ལུས་དུ་བྱེད་པ་མེད་པས། དེ་ལ་དམིགས་པའི་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་གསར་  
 དུ་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གཟུགས་མེད་ཁམས་ན་གཟུགས་མེད་  
 པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་གསར་དུ་སྐྱེ་བའི་སེམས་རྟོན་  
 ཡིན་ན། སེམས་ཡིན་པས་བྱུང་བེར་ན། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་སེམས་

ཉེན་དུ་གྱུར་པའི་རྫོགས་བྱང་དོན་གཉེར་གྱི་འདུན་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ།  
དེའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེ་དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་  
སྤྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་དེ། རང་རྒྱ་རྫོགས་བྱང་དོན་དུ་  
གཉེར་བར་འདོད་པའི་འདུན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱི་བའི་སྤྱིར། འདོད་མི་རུས་  
ཏེ། སེམས་བྱང་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཁ་ཅིག་གཞན་དོན་དུ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་  
པའི་བྱང་ཆུབ་ལ་དམིགས་ཤིང་རང་གི་གྲོགས་རྫོགས་བྱང་དོན་གཉེར་གྱི་  
འདུན་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་དུ་གྱུར་པའི་སེམས་བྱང་པར་ཅན་དེ། ཐེག་ཆེན་  
སེམས་བསྐྱེད་གྱི་མཆན་ཉིད་ཟེར་ན། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་རྒྱུད་ལ་སྤྱི་ཁ་  
མའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་གྱི་བྱར་ཤུག་གྱི་རོ་ལྟ་བུའི་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་ཆོས་  
ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ། མཆན་ཉིད་དེའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། གཞན་དོན་དུ་  
ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ལ་དམིགས་པ་གང་ཞིག་རང་གི་གྲོགས་  
རྫོགས་བྱང་དོན་གཉེར་གྱི་འདུན་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་དུ་གྱུར་པའི་སེམས་  
བྱང་པར་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་དང་  
དམིགས་རྣམ་ཀྱན་ནས་མཚུངས་པའི་སེམས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། བྱར་  
ཤུག་གྱི་རོ་ལྟ་བུའི་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། གཉིས་པ་དེར་ཐལ།  
རྫོགས་བྱང་དོན་དུ་གཉེར་བར་བྱེད་པའི་སེམས་བྱང་པར་ཅན་ཡིན་པའི་  
སྤྱིར། དེར་ཐལ། དེ་རྒྱུད་ལྡན་གྱི་གང་ཟག་དེ་རྫོགས་བྱང་དོན་དུ་གཉེར་བར་



བྱེད་པའི་གང་ཟག་བྱེད་པར་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་ལམ་དུ་  
འཇུག་ཁ་མའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱེད་སྒྲེ། རྫོགས་བྱང་དོན་དུ་གཉེར་  
བ་མེད་པར་ཐེག་ཆེན་ལམ་དུ་འཇུག་མི་རུས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སངས་  
རྒྱལ་དོན་དུ་གཉེར་བ་མེད་པར་ཐེག་ཆེན་ལམ་དུ་འཇུག་མི་རུས་པའི་ཕྱིར།  
རྩ་བར་འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་ལམ་ཞུགས་ཀྱི་སེམས་ཡིན་པར་  
ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན་སྒྲོལ།

ཁ་ཅིག་གཞན་དོན་དུ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ལ་དམིགས་  
ཤིང་རང་གི་གྲོགས་རྫོགས་བྱང་དོན་གཉེར་ཀྱི་འདུན་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་དུ་  
གྱུར་པའི་ཐེག་ཆེན་ལམ་ཀྱི་འཇུག་སྒྲིའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་རིག་བྱེད་པར་ཅན་དེ།  
ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཡིན་ཟེར་ན། སངས་རྒྱལ་འཕགས་  
པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། མཚན་ཉིད་དེར་ཐལ།  
མཚན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་  
ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྐྱེ་བ་པ་སྤངས་པའི་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས། དེ་བཞིན་སྐྱེ་བ་པ་སྤངས་པའོ། །ཞེས་བ་དང་།  
འགྲེལ་བ་དོན་གསལ་ལས། སེམས་བསྐྱེད་ཐ་མ་གསུམ་ནི། སྦྱོར་བ་དང་།  
དངོས་དང་། མཇུག་གི་སྒྲོ་ནས་སངས་རྒྱལ་ཀྱི་སས་བསྐྱུས་ཏེ། ཞེས་  
གསུངས་པའི་ཕྱིར། རྩ་བར་འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་ལམ་ཀྱི་འཇུག་

སྒོ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་པ་ཡིན་ན། ཁྱོད་རྒྱུད་  
ལ་སྐྱེ་སྤྱོད་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། ཁ་  
ཅིག གཞན་དོན་དུ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ལ་དམིགས་ཤིང་  
རང་གི་གྲོགས་རྫོགས་བྱང་དོན་གཉེར་གྱི་འདུན་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་དུ་གྱུར་  
པའི་ཐེག་ཆེན་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་བྱང་པར་ཅན། ཐེག་ཆེན་  
སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་ཟེར་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་  
ཀྱི་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་མདོན་སུམ་དུ་རྫོགས་པའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་  
པ་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ། མཆོན་ཉིད་དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཐེག་  
ཆེན་གྱི་རྫོགས་རིགས་སུ་གནས་པའི་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་  
པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཐེག་ཆེན་པས་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་གཙོ་  
བོར་མི་སྒྲིམ་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་ཉོན་སྤྱོད་གཙོ་བོར་མི་སྒྲོང་བའི་ཕྱིར།  
འོན་ཀྱང་ཐེག་ཆེན་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པའི་ངོ་བོར་གྱུར་པའི་  
བསམ་པ་དེ་རྫོགས་རིགས་གསུམ་ཀར་གནས་པར་འདྲོ།

ཁ་ཅིག ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་ན། རྫོགས་བྱང་དོན་གཉེར་གྱི་  
འདུན་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་ཡིན་པས་བྱང་ཐེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ།  
རང་གི་གྲོགས་རྫོགས་བྱང་དོན་གཉེར་གྱི་འདུན་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་ཡིན་  
ན། རྫོགས་བྱང་དོན་གཉེར་གྱི་འདུན་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་ཡིན་པས་མ་བྱང་

པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། རང་གི་གྲོགས་འདུན་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་ཡིན་ན།  
 འདུན་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། མ་གྲུབ་པ་དེའི་ཕྱིར།  
 འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན།  
 འདུན་པ་རྒྱུད་ལྡན་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་རྒྱུད་ལྡན་ཡིན་དགོས་  
 པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་དེ་འདུན་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་རྣམ་པ་ལྟ་  
 མཚུངས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་དེ་དང་མཚུངས་ལྡན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 ཁ་ཅིག་མ་བྲུབ་ཟེར་ན། དམིགས་པ་མཚུངས་པ་ཙམ་གྱིས་མཚུངས་ལྡན་  
 ཡིན་པའི་གོ་ཆོད་པར་ཐལ། མ་བྲུབ་པ་དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སངས་རྒྱས་  
 འཕགས་པ་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་དང་མཚུངས་ལྡན་ཡིན་དགོས་  
 པར་ཐལ་ལོ། །གཞན་ཡང་། དངོས་སོ་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་  
 དང་སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་གཉིས་ཀྱང་མཚུངས་ལྡན་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
 གཉིས་དངོས་སོ་ལ་དམིགས་པར་མཚུངས་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན་སྟེན།

ཁ་ཅིག་ རང་གི་གྲོགས་རྫོགས་བྱང་དོན་གཉེར་གྱི་འདུན་པ་དང་མཚུངས་  
 ལྡན་དུ་གྱུར་པའི་ཐེག་ཆེན་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་གཙོ་སེམས་བྲུད་པར་ཅན་ཡིན་ན།  
 ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་པས་བྲུབ་ཟེར་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་  
 མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེ་དེར་ཐལ། དེའི་  
 འཁོར་དུ་གྱུར་པའི་རྫོགས་བྱང་དོན་གཉེར་གྱི་འདུན་པ་ཡོད་པ་གང་ཞིག་

ནམ་ཤེས་དེ་ཐེག་ཆེན་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་གཙུག་སེམས་བྱུང་པར་ཅན་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། དེའི་འཁོར་དུ་གྱུར་པའི་ཡུལ་ངེས་ལྷ་ཡོད་པར་  
བཤད་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སེམས་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཡིད་ཀྱི་ནམ་པར་ཤེས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་  
ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱམ་སྟེ། ཉི་ཁྱི་སྒྲུང་བ་ལས། སེམས་ནི་  
ནམ་པར་ཤེས་པ་སྟེ། ནམ་པར་རིག་པའོ། །རམ་པར་ཤེས་པ་ཡང་གང་ཞེ་ན།  
ཡིད་ཀྱི་ནམ་པར་ཤེས་པ་སྟེ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་  
རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པའི་ཐེག་ཆེན་པའི་ཡིད་ཀྱི་ནམ་རིག་བྱུང་པར་ཅན་  
ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་པས་བྱམ་བེར་ན། དོན་དམ་སེམས་  
བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་ཀྱི་རྟོགས་རིགས་  
སུ་གནས་པའི་དོན་དམ་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དོན་དམ་  
སེམས་བསྐྱེད་དང་ཀུན་རྫོབ་སེམས་བསྐྱེད་གཉིས་ཀ་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་རྟོགས་  
རིགས་སུ་གནས་པའི་ཡིད་ཀྱི་ནམ་རིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཀུན་རྫོབ་  
སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། བྱམ་སྟེ། དོན་དམ་སེམས་  
བསྐྱེད་དེ་འདིར་བསྟན་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་མ་རྫོགས་  
པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གཙུག་པོའི་  
ནམ་རིག་བྱུང་པར་ཅན། དོན་དམ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་བེར་ན།

སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་  
 དེར་ཐལ། མཆོན་ཉིད་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་མིག་  
 གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཡིད་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ།  
 འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། དབང་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་དེ་  
 འབྲེལ་གྱི་ཆེན་གཙོ་བོའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་རིག་བྱུང་པར་ཅན། རོན་དམ་སེམས་  
 བསྐྱེད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཀྱན་རྫོབ་  
 སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ། མཆོན་ཉིད་དེའི་ཕྱིར། འདོད་  
 ར་སྒྲ། ཁ་ཅིག་ བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་  
 ཡིད་ཀྱི་རྣམ་རིག་ཡིན་ན། རོན་དམ་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་པས་བྱུང་བའི་ཕྱིར།  
 བྱང་སེམས་སྟོང་ལམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡིད་  
 ཀྱི་རྣམ་ཤེས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ས་དང་པོ་རྫོབ་པའི་  
 སེམས་ཡིན་པར་ཐལ། རོན་དམ་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་སྟེ། མདོ་  
 སྟེ་རྒྱན་ལས། མཆོག་ལ་སེམས་མཉམ་རྟེན་པའི་ཕྱིར། །དེ་ཡི་རབ་དགའ་  
 བྱུང་པར་འཕགས། ཞེས་དང་། དབྱུ་མ་འཇུག་པ་ལས། དེ་ནས་བཟུང་སྟེ་དེ་  
 བེ་རྫོབ་པར་གྱུར་པ་ཡིས། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཞེས་བྱའི་སྒྲ་ཉིད་ཀྱིས་  
 བསྐྱེད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

སྟོན་འཇུག་གི་བྱུང་པར་ལ། ཁ་ཅིག་ སྟོན་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་བྱ་བས་



མ་ཟེན་པའི་སེམས་བསྐྱེད། སྟོན་པ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཆན་ཉིད། སྟོན་པ་  
ཉམས་ལེན་གྱི་བྱ་བས་ཟེན་པའི་སེམས་བསྐྱེད། འདུག་པ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་  
མཆན་ཉིད་ཟེར་ན། བྱང་སེམས་ས་དང་པོ་བའི་རྒྱད་ཀྱི་སྟོན་པ་སེམས་  
བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། མཆན་ཉིད་དང་པོ་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དང་པོ་དེའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། ས་དང་པོ་བའི་རྒྱད་ཀྱི་སྟོན་པ་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་  
དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་ལ་སྟོན་པ་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་  
བཤད་ལས། དེས་ན་སྟོན་སེམས་ནི་ཆོག་ས་ལམ་ནས་བཟུང་སྟེ་ས་ཐོབ་  
ནས་ཀྱང་ཁས་སྐྱངས་པ་ལ་ཉེས་པ་མེད་པར་མཛོན་ཏེ། ཞེས་གསུངས་པའི་  
ཕྱིར། འདོད་ན། སྟོན་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་བྱ་བས་མ་ཟེན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་  
ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། རྣམ་བཤད་དགོངས་པ་རབ་གསལ་ལས། ས་ཐོབ་  
ནས་སེམས་བསྐྱེད་སྟོན་པ་དང་བྲལ་བ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་  
པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་ལ་ཡང་། དེ་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་ཕྱི་མ་དེར་ཐལ། མཆན་  
ཉིད་ཕྱི་མ་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་རྒྱད་ཀྱི་སེམས་  
བསྐྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱ་བ་སྟེ། ས་ཐོབ་པའི་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་ན། སྟོན་པ་  
ཉམས་ལེན་གྱི་བྱ་བས་ཟེན་པས་བྱ་བ་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན་སྟོལ། ཁ་ཅིག་ཆོ་  
གས་མ་སྐྱངས་པའི་སེམས་བསྐྱེད། སྟོན་པ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཆན་ཉིད། ཆོ་  
གས་སྐྱངས་པའི་སེམས་བསྐྱེད། འདུག་པ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཟེར་

ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཆོ་གས་སྒྲངས་པའི་སྟོན་པ་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་  
 པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་ཆོ་གས་ཀྱི་མཆོག་རྣམས་ལ།  
 ཞེས་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་སྟོན་སེམས་ཆོ་གས་ལེན་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་  
 ཅིག་ས་མ་ཐོབ་པའི་སེམས་བསྐྱེད། སྟོན་པ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད།  
 ས་ཐོབ་པའི་སེམས་བསྐྱེད། འཇུག་པ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན།  
 དང་པོ་དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ས་མ་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ལ་འཇུག་པ་  
 སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འཇུག་པ་སེམས་བསྐྱེད་ནི་ཆོ་གས་  
 ལམ་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའི་བར་དུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་བཤད་  
 ལས། འཇུག་སེམས་ནི་ཆོ་གས་ལམ་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའི་བར་རོ། །  
 ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་དེ་ཡང་མི་འཐད་པར་ཐལ། ས་ཐོབ་པའི་གང་  
 ཟག་གི་རྒྱུད་ལ་སྟོན་པ་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ས་ཐོབ་པའི་  
 གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ལ་སྟོན་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་བྱ་བས་མ་ཟེན་པའི་སེམས་  
 བསྐྱེད་མེད་ཀྱང་དེས་དངོས་སུ་མ་ཟེན་པའི་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
 དེར་ཐལ། ས་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ལ་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་  
 པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་མ་ཟེན་པའི་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་མེད་ཀྱང་དེས་  
 དངོས་སུ་མ་ཟེན་པའི་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་མ་བྲབ་ཟེར།  
 རྟགས་དེར་ཐལ། རྣམ་བཤད་ལས། ས་ཐོབ་ནས་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་མངོན་

སུམ་དུ་རྟོགས་ཀྱང་། དེས་དངོས་སུ་མ་བཞིན་པའི་སེམས་བསྐྱེད་སྐབས་དུ་  
མར་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་འཇུག་སྒྲིམ་མ་ཐོབ་  
པའི་སེམས་བསྐྱེད། སློན་པ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཆན་ཉིད། འཇུག་སྒྲིམ་ཐོབ་  
པའི་སེམས་བསྐྱེད། འཇུག་པ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཟེར་ན། དེ་  
གཉིས་ཀ་མི་འཐད་པར་ཐལ། འཇུག་སྒྲིམ་ཐོབ་པའི་སློན་པ་སེམས་བསྐྱེད་  
ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་འཕགས་ཀྱི་རྒྱད་ལ་སློན་པ་སེམས་བསྐྱེད་  
ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སློན་པའི་སེམས་བསྐྱེད།  
སློན་པ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཆན་ཉིད། རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་འཇུག་པར་  
བྱེད་པའི་སེམས་བསྐྱེད། འཇུག་པ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཟེར་ན།  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་འཇུག་སེམས་ཆོས་ཅན།  
མཆོན་བྱ་དང་པོ་དེར་ཐལ། མཆན་ཉིད་དང་པོ་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་  
ཅན་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་ལ་  
རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སློན་ཅིང་འདུན་པར་བྱེད་པའི་འཇུག་སེམས་ཡོད་  
པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་ལ་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་དོན་དུ་གཉེར་བར་  
བྱེད་པའི་འཇུག་སེམས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེ་དེར་ཐལ། རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་  
དོན་དུ་གཉེར་བར་བྱེད་པའི་བྱང་སེམས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། སློན་  
པ་སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་གཉིས་པ་དེར་ཐལ། མཆན་ཉིད་

གཉིས་པ་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 ཁྲབ་སྟེ། བྱང་སེམས་ཡིན་ན། རྩོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་འཇུག་པར་བྱེད་པའི་  
 བྱང་སེམས་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 སར་བཞོད་པར་བྱེད་པའི་བྱང་སེམས་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་  
 ཡིན་ན། རྩོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐོབ་བྱའི་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་དོན་དུ་  
 གཉེར་བར་བྱེད་པའི་བྱང་སེམས་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན་སྟོལ།

གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ་བཞི། སེམས་བསྐྱེད་སྐྱེ་བའི་རྟེན་གྱི་བྱང་  
 པར། བརྟེན་པ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ངོ་བོ་སོགས་དང་། བཞེད་ཚུལ་མི་འདྲ་བའི་  
 བྱང་པར། བཞེད་ཡོན་གྱི་བྱང་པར་རོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། ལུས་རྟེན། སེམས་  
 རྟེན། སྒྲིང་ཚུལ་གྱི་བྱང་པར་བསྟན་པའོ། །

དང་པོ་ནི། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་གསར་དུ་སྐྱེ་བའི་ལུས་རྟེན་གྱི་  
 བྱང་པར་ཡོད་དེ། ཟ་མ། མ་ནིང་། སྒྲ་མི་སྟན། ཆེ་དེ་ལ་མཆམས་མེད་དང་  
 ཆོས་སྒྲིང་གི་ལས་སྟོབས་ཆེན་བསགས་པ་མ་སྦྱངས་པ་མ་གཏོགས། གཞན་  
 འགྲོ་བ་རིགས་དྲུག་གི་རྟེན་ལ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེ་ལྟར་  
 ཡིན་ཏེ། འགྲེལ་ཆེན་ལས། སྐྱེས་པ་དང་བྱུང་མེད་དག་ཉི་བར་བཟུང་བ་ནི་མ་  
 བྱིང་དང་མཆིག་ལ་སོགས་པ་རྣམས་རྩོགས་པའི་རྟེན་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་དེ་ལྟར་ཡོད་དེ། རྣམ་བཤད་ལས། སྟོན་སེམས་སྐྱེ་

བའི་རྟེན་ནི། ཐེག་ཆེན་ལ་མོས་ཤིང་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་འདོད་པའི་ལྷ་སྤྱི་  
ལ་སོགས་པ་ལ་ཡང་སྦྱོར། །ཞེས་པའི་སོགས་སྤྱི་ལྷ་མིན་མི་སོགས་འགྲོ་  
བ་གཞན་གྱི་རྟེན་ལ་སྦྱེ་བ་ཡོད་པར་བསྟན་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་སེམས་རྟེན་གྱི་བྱང་པར་ཡོད་དེ། གཙུ་བའི་དབང་དུ་བྱས་  
ན། སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་པའི་སྤྱིང་རྗེ། སངས་རྒྱས་ཐོབ་འདོད་གྱི་དད་པ།  
བྱང་སེམས་གྱི་སྦྱོད་པ་ལ་མོས་པའི་བསམ་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྦྱེ་བ་ཡོད་ལ།  
རྒྱ་རྒྱུ་མཐའ་ཆོད་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན་རྒྱ་བཞི་རྒྱུ་བཞི་སྟོབས་བཞི་ལ་  
བརྟེན་ནས་སྦྱེ་བ་ཡོད་པའི་བྱིར། རྒྱ་བཞི་ལ་བརྟེན་ནས་སྦྱེ་བ་ཡོད་དེ། རྒྱ་  
ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་སང་པ། ཐེག་ཆེན་དག་བའི་བཤེས་གཉིན་གྱིས་བེན་པ།  
གཞན་ལ་དམིགས་པའི་སྤྱིང་རྗེ། བྱང་སེམས་གྱི་སྦྱོད་པ་ལ་དད་པའི་མཐུ་  
ལས་སྦྱེ་བ་ཡོད་པའི་བྱིར། རྒྱ་བཞི་ལས་སྦྱེ་བ་ཡོད་དེ། སངས་རྒྱས་བྱང་  
སེམས་གྱི་ཆོ་འཕྲུལ་མཐོང་ཞིང་ཐོས་པ། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྤྱི་སྦྱོད་མང་དུ་ཐོས་པ།  
དམ་ཆོས་རྒྱུ་པར་མི་བཟོད་པ། སེམས་བསྐྱེད་རྟེན་པར་དཀའ་བར་མཐོང་  
བ་ལ་བརྟེན་ནས་སྦྱེ་བ་ཡོད་པའི་བྱིར། སྟོབས་བཞི་ལ་བརྟེན་ནས་སྦྱེ་བ་ཡོད་  
དེ། རང་གི་སྟོབས་དང་། གཞན་གྱིས་བསྐྱེད་སྟོབས་དང་། དག་ཅུ་བསགས་  
པའི་སྟོབས་དང་། བཤེས་གཉིན་བསྟེན་ནས་དམ་ཆོས་ཐོས་པའི་སྟོབས་ལ་  
བརྟེན་ནས་སྦྱེ་བ་ཡོད་པའི་བྱིར། དེ་ལྟར་ཡིན་ཀྱང་། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་



ཀྱི་རྒྱུར་སྙིང་རྩེ་ཆེན་པོ་ངེས་པར་དགོས་ཏེ། རྣམ་བཤད་ལས། རྒྱ་བཞི་དང་  
རྒྱེན་བཞི་དང་སྟོབས་བཞི་ལས་སྐྱེ་བར་བཤད་པ་རྣམས་ནི། རྒྱ་རྒྱེན་མཐའ་  
ཆོད་པའི་ཡན་ལག་དུ་ཡིན་ལ། ཞེས་པ་ནས། སྙིང་རྩེས་ཀྱུན་ནས་བསྐྱང་བ་  
ངེས་པར་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས་པའི་བྱིར།

གསུམ་པ་བསམ་པ་སྦྱོང་ཚུལ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་གཉིས་ཡོད་དེ། རྒྱ་  
འབྲས་མན་ངག་བདུན་དང་། བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་སྟོན་ས་སྦྱོང་ཚུལ་  
གཉིས་ཡོད་པའི་བྱིར། དང་པོ་ཡོད་དེ། སྐྱེ་ཤིང་ཐོག་མཐའ་མེད་པ་ནས་  
བརྒྱད་དེ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རང་ལ་རྩིན་ཆེ་བའི་མ་བྱེད་སྦྱོང་ཤིང་ཤིག་  
ཡིན་པས། དང་པོར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མར་འདུ་ཤེས་པའི་བསམ་པ་  
སྐྱངས། དེ་ལས་རྩིན་བྲན་པ། དེ་ལས་རྩིན་གཞོ་བ། དེ་ལས་བྱམས་པ། དེ་  
ལས་སྙིང་རྩེ་ཆེན་པོ། དེ་ལས་སྟག་བསམ་རྣམ་དག་སྟེ་རྒྱ་བྱུག་དང་། དེ་ལས་  
འབྲས་བུ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་འབྱུང་བའི་རྒྱ་འབྲས་མན་ངག་བདུན་གྱི་སྟོ་  
ནས་སྦྱོང་བའི་ཚུལ་ཡོད་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་ཡོད་དེ། མར་གྱུར་པའི་སེམས་  
ཅན་དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ནི་སྟག་བསྐྱེད་མི་འདོད་ཅིང་བདེ་བ་འདོད་པ་ཁོ་ནར་  
འདུག་ཀྱང་། སྟག་བསྐྱེད་གསུམ་གྱིས་མི་འདོད་བཞིན་དུ་མནར་བས་དེས་  
ན། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྟག་བསྐྱེད་བདག་ལ་ཚུར་ལེན་པའི་དམིགས་  
པས་སྙིང་རྩེ་དང་། བདག་གི་བདེ་དགོ་ཐམས་ཅད་གཞན་ལ་པར་གཏོང་བའི་

དམིགས་པས་བྱམས་པ་བསྐྱོམས་ཏེ་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་སྒོ་ནས་  
སྒྲོང་ཚུལ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེ་བ་ཡོད་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་བརྟེན་པ་སེམས་བསྐྱེད་ནི།      གཞན་དོན་དུ་ཡང་དག་པར་  
རྫོགས་པའི་བྱང་ཚུབ་ལ་དམིགས་ཤིང་།      རང་གི་གྲོགས་རྫོགས་བྱང་དོན་  
གཉེར་གྱི་འདུན་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་དུ་གྱུར་པའི་ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་འཇུག་  
སྒྲོའི་རིགས་སུ་གནས་ཤིང་སྒྲོད་པའི་ཆར་གཏོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གཙུག་པོའི་  
ཡིད་གྱི་ནམ་རིག་བྱང་པར་ཅན་དེ།      ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་གྱི་མཆོན་ཉིད།  
དེ་ལ་སྦྱས་བརྫོད་རིགས་གྱི་སྒོ་ནས་དབྱེ་ན།      ཀྱན་རྫོབ་སེམས་བསྐྱེད་དང་།  
དོན་དམ་སེམས་བསྐྱེད་གཉིས་ཡོད་ལ།      རོ་བོའི་སྒོ་ནས་དབྱེ་ན།      སྒོན་པ་  
སེམས་བསྐྱེད་དང་།      འཇུག་པ་སེམས་བསྐྱེད་གཉིས་ཡོད།      སྒྲོད་པ་ཉམས་  
ལེན་གྱི་བྱ་བས་དངོས་སུ་བེན་པ་ལ་ལྷོས་མི་དགོས་པའི་རིགས་སུ་གནས་  
པའི་སེམས་བསྐྱེད་དེ།      སྒོན་པ་སེམས་བསྐྱེད་གྱི་མཆོན་ཉིད།      འཇུག་སྒྲོམ་  
ཐོབ་ཅིང་སྒྲོད་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་བྱ་བས་དངོས་སུ་བེན་པ་ལ་ལྷོས་དགོས་  
པའི་རིགས་སུ་གནས་པས་རབ་ཏུ་བྱེ་བའི་སེམས་བསྐྱེད་དེ།      འཇུག་པ་  
སེམས་བསྐྱེད་གྱི་མཆོན་ཉིད།

སྒྲོད་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་བྱ་བས་དངོས་སུ་བེན་མ་བེན་གྱི་དོན་ཡོད་དེ།  
སྒྲིན་པ་ལྟ་བུ་ལ་མཆོན་ན།      བྱང་སེམས་གྱིས་ཆོས་དང་བྱང་བྱིང་གི་སྒྲིན་པ་

གཏོང་བའི་ཆེ་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་གྲོགས་རྣམ་  
མཁེན་དོན་གཉེར་ཀྱི་དྲན་པ་དང་འདུན་པ་དུང་ངེ་བ་ཞིག་དངོས་སུ་ཡོད་པ་  
དང་མེད་པའི་བྱད་པར་གྱིས། དེའི་སེམས་བསྐྱེད་སྦྱིན་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་བྱ་  
བས་དངོས་སུ་བྱེན་པ་དང་མ་བྱེན་པའི་དོན་དུ་འཛོགས་པ་སོགས་གཞན་ལ་  
ཡང་མཚུངས་པའི་བྱིད། དོན་དམ་བདེན་པ་ལ་གཉིས་སྤང་བྱུང་བའི་སྒྲོན་ས་  
ལྟ་སྦྱོང་གཉིས་སུ་བྱེ་བའི་ལྟ་བའི་ཆར་གཏོགས་ཤིང་མི་གནས་པའི་ཐུང་  
འདས་སྐབ་བྱེད་ཀྱི་བསམ་པ་ཕུན་ཆོགས་ཀྱི་རིགས་སུ་གནས་པའི་ཐེག་  
ཆེན་འཕགས་པའི་གཙུག་པོའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་རིག་བྱད་པར་ཅན་དེ། དོན་དམ་  
སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཆན་ཉིད། དེ་ཡང་དམ་པ་གསུམ་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་  
དམ་པ་བསྐྱབ་པ་དང་། ལུང་དམ་པ་མཐོས་པ་དང་། ཁོང་དུ་ཚུད་པ་དམ་པ་  
གསུམ་དང་ལྡན་པའི་བྱིད།

ས་མཆམས་ཀྱི་བྱད་པར་ཡོད་དེ། སྒྲོན་སེམས་ལ་ས་མཆམས་མི་འདྲ་  
བ་འཛོགས་ཚུལ་འོག་ཏུ་འཆད་ལ། མཁས་གྲུབ་ལྟར་ན་ཆོགས་ལམ་ནས་ས་  
བདུན་པའི་བར་དང་། འདུག་སེམས་ནི་ཆོགས་ལམ་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
སའི་བར་ཡོད་པའི་བྱིད། དོན་དམ་སེམས་བསྐྱེད་ནི། ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་  
ལམ་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའི་བར་དོ། ། སྦྱིར་ཀུན་རྫོབ་སེམས་བསྐྱེད་དང་  
ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་དོན་གཅིག དེ་ལ་བསམ་པའི་སྒྲོན་ས་དབྱེ་ན།

ཆོག་ས་སྤྱོད་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་མོས་པས་སྤྱོད་པའི་སེམས་བསྐྱེད། མ་དག་ས་  
བདུན་གྱི་ལྷག་བསམ་དག་པའི་སེམས་བསྐྱེད། དག་པ་ས་གསུམ་གྱི་རྣམ་  
པར་སྤྱིན་པའི་སེམས་བསྐྱེད། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའི་སྤྱིབ་པ་སྤངས་པའི་སེམས་  
བསྐྱེད་རྣམས་སུ་ཡོད་ལ། སེམས་བསྐྱེད་ཚུལ་གྱི་སྒོ་ནས་གཉན་པ་ལྟ་བུའི་  
སེམས་བསྐྱེད། རི་བོ་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད། རྒྱལ་བོ་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་  
དང་གསུམ། དཔེ་གྲོགས་ཆོས་མཐུན་གྱི་སྒོ་ནས་ས་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་  
ནས་སྤྱིན་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་བར་ཉེར་གཉིས་ཡོད་དོ།

གསུམ་པ་བཞེད་ཚུལ་མི་འདྲ་བའི་བྱང་པར་ཡོད་དེ། ཅ་བར། ཡང་  
དག་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་འདོད། །ཅེས་འདོད་པའི་སྤྱིས་བསྟན་པ་ལ་བརྟེན་  
ནས་བྱུང་བྱི་ལྟེ་པ་སོགས་འགའ་ཞིག་གིས་སེམས་བསྐྱེད་འདུན་པར་  
འདོད། གསེར་སྤང་ལྟར་ན་ཐོགས་མེད་སྤྱི་མཆེད་གཉིས་ཀྱིས་སེམས་བསྐྱེད་  
འདུན་པར་བཞེད་པར་བཤད་ཀྱང་། འདིར་དབྱིག་གཉན་གྱིས་བཞེད་མི་  
བཞེད་གང་བྱས་ཀྱང་རུང་བར་སྤང་ལ། འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཀྱིས་འདུན་  
པར་མི་བཞེད་དེ། དེས་འདུན་པར་བཞེད་ན་དེ་འདུན་པ་ཡིན་དགོས་པའི་  
བྱིར། དེ་ལྟར་ཡིན་ཏེ། འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་དེ་ལྟ་བུའི་གནས་ལ་འབྱུང་པ་  
མི་སྤྱིད་པའི་བྱིར། འཕགས་པ་གྲོལ་སྤྱོད་དང་སྤྱོད་དཔོན་གྱིས་ནི། ཐེག་ཆེན་  
སེམས་བསྐྱེད་ལ་འདོད་པའི་སྤྱིས་བསྟན་པ་ཅམ་མ་གཏོགས་འདོད་པའམ་

འདུན་པར་མི་བཞེད་དེ། དེ་གཉིས་རྩེས་འབྲང་དང་བཅས་པ་མང་པོས་སེམས་  
བསྐྱེད་གཙུག་སེམས་སུ་བཞེད་པའི་ཕྱིར། ཅ་བར་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ལ་  
འདོད་པའི་སྐྱས་བསྟན་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། དགོས་པ་རྣམ་པ་གཉིས་ཡོད་  
པའི་ཕྱིར། གཞན་དོན་འདོད་པའི་མིང་གིས་འདོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ།  
ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་སྐྱེ་བ་ལ་རྒྱ་གཞན་དོན་དོན་གཉིར་གྱི་འདུན་པ་སྟོན་  
དུ་འགྲོ་དགོས་པས་རྒྱ་མིང་འབྲས་ལ་བཏགས་ནས་བསྟན་པའི་ཕྱིར། བྱང་  
ཆུབ་དོན་གཉིར་གྱི་འདོད་པའི་མིང་གིས་འདོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ།  
ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་དེ་གྲོགས་རྩོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་དོན་གཉིར་གྱི་  
འདུན་པ་དང་བཅས་པས་གྲོགས་མིང་གྲོགས་ཅན་ལ་བཏགས་པ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། དེ་དག་རྒྱས་པར་ནི་རྣམ་བཤད་སོགས་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ།

སྟོན་འཇུག་གི་བྱང་པར་སྟོང་པོ་བཀོད་པའི་མདོ་ལས་བཤད་པ་ལྟར།  
སྟོན་འཇུག་ལས། འགྲོ་བར་འདོད་དང་འགྲོ་བ་ཡི། །བྱེ་བྲག་རིམ་བཞིན་ཤེས་  
པ་ལྟར། །དེ་གཞིན་མཁས་པས་འདི་གཉིས་ཀྱི། །བྱེ་བྲག་རིམ་བཞིན་ཤེས་  
པར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་ཞབས་ཀྱིས། སྟོན་  
སེམས་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོགས་སྟོར་ཁོ་ན་དང་། འཇུག་སེམས་ས་དང་པོ་ནས་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའི་བར་དང་། ཡང་ཁ་ཅིག་ཕྱིར་མི་སྟོན་པའི་ལམ་ཐོབ་མ་  
ཐོབ་དང་། གསེར་སྤང་ལྟར་ན། སྟོན་སེམས་ནི་དང་པོའི་སེམས་ཁོ་



ནའོ། །ཞེས་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོག་ས་ལམ་ཁོ་ན་དང་། འཇུག་སེམས་ཆོག་ས་  
ལམ་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་པན་ཆད་ན་ཡོད་པར་བཞེད་པ་སོགས་མང་དུ་སྒྲུང་  
ལ། རང་རིས་ལམ་རིམ་དང་རྣམ་བཤད་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་འཇུག་སྒྲོམ་  
མ་ཐོབ་པའི་སེམས་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་སྒྲོན་སེམས་ཡིན་ཀྱང་། འཇུག་སེམས་  
སུ་འགྱུར་བ་ཡང་འཇུག་སྒྲོམ་ཐོབ་པ་ཅམ་གྱི་མི་ཆོག་པར་སྒྲོད་པ་ཉམས་  
ལེན་གྱི་བྱ་བས་ཟིན་པ་ལ་སྒྲོས་དགོས་ཤིང་། འཇུག་སྒྲོམ་སྒྲུངས་པ་ཅམ་  
གྱིས་འཇུག་སེམས་སུ་མི་འཛོག་གོ་སྒྲོད་འཇུག་གི་ལུང་དེའི་དོན་བཤད་པ་  
ལ་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་སྒྲུང་ལ། རྣམ་བཤད་ལྟར་ན། གྲོང་ཁྱེར་དུ་འགྲོ་བར་བྱའོ་  
སྒྲུམ་པ་གཞིར་བྱས་པའི་སྟེང་དུ་གོམས་པ་འདྲོར་བའི་བྱ་བས་དངོས་སུ་ཟིན་  
མ་ཟིན་གཉིས་སུ་ཡོད་པ་ལྟར། སེམས་བསྐྱེད་ཅམ་ལ་བྱུང་པར་མེད་ཀྱང་།  
སྒྲོད་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་བྱ་བས་དངོས་སུ་ཟིན་མ་ཟིན་གྱི་དོན་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་  
སྒྲོམ་རིམ་དང་པོ་ལས་བཤད་པ་ལྟར་བཞེད་དོ།

བཞི་པ་པན་ཡོན་ནི། པལ་ཆེན་གྱི་སྒྲོང་པོ་བཀོད་པ་ལས། བྱང་ཆུབ་  
ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་རྩེད་པར་དགའོ། །བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་ནི་  
སངས་རྒྱས་གྱི་ཆོས་རྣམས་གྱི་ས་བོན་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་སོགས་གྱིས་བསྐྱགས་  
པ་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་ལ། མ་སྐྱེས་དགའི་མདོ་ལས། སེམས་བསྐྱེད་མ་ཐག་ཏུ་  
ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཟིལ་གྱིས་མནན་ཏེ། ཞེས་སོགས་

དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གསང་བའི་མདོ་ལས་ཀྱང་། །བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 ཀྱི་བསོད་ནམས་གང་། །དེ་ལ་གལ་ཏེ་གཟུགས་མཆིས་ན། །ནམ་མཁའི་  
 ཁམས་ནི་ཀུན་གང་སྟེ། །དེ་ནི་དེ་ལས་ལྷག་པར་འགྱུར། །ཞེས་སོགས་མདོ་  
 མང་པོ་དང་། །སེམས་འགྲེལ་ལས། །བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་མ་བསྐྱེད་པར། །  
 སངས་རྒྱས་ནམ་ཡང་མི་ཐོབ་ཅིང་། །འཁོར་བར་གཞན་དོན་བསྐྱབ་པ་ཡི། །  
 ཐབས་གཞན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པ་དང་། །སྟོན་འཇུག་ལས། གསེར་  
 འགྱུར་ཅི་ཡི་ནམ་པ་མཆོག་ལྟ་བུ། །མི་གཙང་ལུས་འདི་སྤངས་ནས་རྒྱལ་བའི་  
 སྒྱ། །རིན་ཆེན་རིན་ཐང་མེད་པར་བསྐྱར་བས་ན། །བྱང་ཆུབ་སེམས་ཞེས་བྱ་  
 བ་རབ་བརྟན་བཟུང་། །བྱང་ཆུབ་སེམས་སྐྱེས་གྱུར་ནས་སྐྱད་ཅིག་གིས། །  
 འཁོར་བའི་བཙོན་རར་བསྐྱམས་པའི་ཉམ་ཐག་ནམས། །བདེ་གཤེགས་ནམས་  
 ཀྱི་སྒྲས་ཞེས་བརྗོད་བྱ་ཞིང་། །འཇིག་རྟེན་ལྟ་མིར་བཅས་པའི་ཕྱག་བྱར་  
 འགྱུར། །ཞེས་སོགས་མདོ་བསྟན་བཅོས་དུ་མ་ལས་པན་ཡོན་དཔག་ཏུ་མེད་  
 པར་བཞད་དོ།

དེས་ན་ཐར་པ་འདོད་པ་དག་གིས་ནི། དེས་འབྱུང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
 ལྟ་བ་ནམ་དག་གསུམ་ལ་འབད་དགོས་ཏེ། དེས་འབྱུང་མེད་ན། དག་བ་ཅི་  
 ཅམ་བྱས་ཀྱང་འཁོར་བའི་རྒྱར་འགོ་བར་རྩེ་སྤྲུམས་གསུངས་ཞིང་། ལྟ་བ་  
 ནམ་དག་མེད་ན། །ལམ་ཅི་ཅམ་བསྐྱོམས་ཀྱང་སངས་རྒྱས་ལྟ་ཞོག་ཐར་པ་

ཐོབ་མི་རུས་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མེད་ན། ཡོན་ཏན་བརྒྱ་ཐལ་ཡོད་  
ཀྱང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ལམ་དུ་མི་ཚུད་ན་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པ་ལྟ་སྟོས་  
ཀྱང་ཅི་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཐེག་ཆེན་ལམ་དུ་ཚུད་མ་ཚུད་ཀྱང་། ཐེག་ཆེན་  
ཆོག་ལམ་དུ་ཞུགས་མ་ཞུགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་འཛོག་པས། ཐེག་ཆེན་ཆོག་ལམ་  
ལམ་ནི། ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་འཇུག་སྒོ་ཡིན་ཀྱང་། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་  
འདི་ཉིད་ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་འཇུག་སྒོར་རྗེ་ཡབ་སྐུ་གྱིས་ལན་གཅིག་མ་  
ཡིན་པར་གསུངས་པས། ངག་ནས་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཅེས་མང་དུ་  
བརྗོད་ནས་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ལ་པར་ལྟ་བའི་ཕྱིར་བལྟས་པ་ཁོ་ན་མི་  
བྱ་བར་ནང་དུ་རང་གི་སེམས་ཀྱི་ཐོག་ཏུ་བཀལ་ནས་དངོས་སམ་གཟུགས་  
བརྟན་ཅམ་ལས་མ་བྱུང་ཡང་འབད་པར་བྱ་སྟེ། རྗེ་སྤྲུལ་སྤྱི་ལོ་ཀྱང་གཟུགས་  
བརྟན་ཅམ་ལས་མ་བྱུང་ཡང་དགེ་ཅ་སྤྱོད་པ་ཐམས་ཅད་ལ་འདིས་རྒྱས་  
བཏབ་ཅིང་སྟོན་ལམ་གྱིས་ཁ་བསྐྱར་ན་པན་ཡོན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་འབྱུང་  
བས་འདི་ལ་ངེས་ཤེས་འདྲོངས་པར་མཛོད། ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྤོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་བསྐྱུས་དང་རྒྱས་པའི་སྒོ་ནས་  
བརྗོད། །ཅེས་པའི་དོན་མདོན་ཉོགས་རྒྱན་གྱིས་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་  
དམིགས་ཡུལ་མདོར་བསྟན་རྒྱས་བཤད་གཉིས་ཀྱིས་བསྟན་པ་ལ་བྱེད་  
རིགས་པར་ཐལ། དེས་སེམས་བསྐྱེད་མདོར་བསྟན་རྒྱས་བཤད་གཉིས་ཀྱི་

སྒྲོན་ས་བསྟན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲལ།

ཁ་ཅིག དེ་དང་དེ་ནི་ཞེས་པ་གཞན་དོན་དང་བྱང་ཆུབ་གཉིས་རིམ་  
 པར་བསྟན་པའི་དོན་དུ་འཆད་རིགས་པར་ཐལ། སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་གཞན་  
 དོན་ཕྱིར། །ཞེས་པའི་རྒྱུ་པ་གཉིས་ཀྱིས་གཞན་དོན་དང་བྱང་ཆུབ་གཉིས་  
 རིམ་པར་བསྟན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲལ། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེ་ནི་སྤྲ་མ་  
 བྱང་ཆུབ་དང་སྤྱི་མ་གཞན་དོན་ལ་འཆད་རིགས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག བྱང་ཆུབ་  
 ཀྱི་སེམས་གསར་དུ་སྐྱེ་བའི་ཆེ་གཞན་དོན་དོན་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོ་དང་བྱང་ཆུབ་  
 དོན་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་བྱང་ཆུབ་དོན་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོ་སྒྲོན་དུ་སྐྱེ་  
 དགོས་པར་ཐལ། དེ་དང་དེ་ནི་ཞེས་པའི་དོན་འཆད་པའི་ཆེ། འདོད་དོ། གང་  
 འདོད་ན་སྒྲ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ལོ། གང་གི་དོན་དུ་ན། གཞན་ཀྱི་དོན་དུ་ལོ།  
 ཞེས་བྱང་ཆུབ་སྒྲོན་ལ་འཆད་རིགས་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། མ་ཁྲལ། འདོད་མི་  
 རུས་ཏེ། དེ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་གཞན་དོན་འདོད་པ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱུར་  
 དགོས་ལ། བྱང་ཆུབ་འདོད་པ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་གྲོགས་སུ་དགོས་པའི་ཕྱིར།  
 དེར་ཐལ། སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་ཞེས་སོགས་ཀྱི་རྒྱུ་པ་གཉིས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་  
 དོན་ཀྱིས་བསྟན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག དཔྱུལ་བའི་རྟེན་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་  
 བསྐྱེད་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་མེད་པར་ཐལ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ངན་སོང་དུ་  
 སྐྱེ་བ་ལེན་པ་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅམ་གྱིས་ནི། དཔྱུལ་བར་སྐྱེ་བ་ལེན་པ་

སྐྱབ་མི་རྒྱས་ཤིང་། གཤམ་ཏེ་དཔྱལ་བར་སྐྱེ་བ་ལེན་པ་ཡོད་ན་ཡང་དེ་ཙམ་  
 གྱིས་དཔྱལ་བའི་རྟོན་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་གསར་དུ་སྐྱེ་བར་ཡོད་པར་  
 ཡང་སྐྱབ་མི་རྒྱས་པའི་སྤྱིར་བེད་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། དུད་འགྲོའི་རྟོན་ལ་ཐེག་ཆེན་  
 སེམས་བསྐྱེད་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པར་རྗེ་ཡབ་སྐུ་གྱིས་དངོས་སུ་  
 གསུངས་ཤིང་། དཔྱལ་བའི་རྟོན་ལ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པར་མཁས་གྲུབ་སོགས་  
 འགའ་ཞིག་གིས་གསལ་བར་བཤད་པ་དང་། ཡི་དྲགས་ཀྱི་རྟོན་ལ་གསར་དུ་  
 སྐྱེ་བ་ཡོད་པར་མཁས་པ་གཞན་གྱིས་ཀྱང་བཤད་ཅིང་རིགས་པས་ཀྱང་  
 འགྲུབ་པའི་སྤྱིར་དེ་ལྟར་ཡིན་ཀྱང་། གཟུགས་མེད་དུ་བྱང་སེམས་སྐྱེ་བ་ལེན་  
 པ་ཡོད་པས། དེའི་རྒྱུད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་མོད་དེའི་རྟོན་ལ་  
 ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་གསར་དུ་མི་སྐྱེ་བ་གོང་དུ་བསྐྱབས་བེན་པའི་སྤྱིར་།

ཁ་ཅིག ངན་སོང་གསུམ་གྱི་རྟོན་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་གསར་  
 དུ་སྐྱེ་བ་མེད་པར་ཐལ། དེའི་རྟོན་ལ་ཆོགས་ལམ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་  
 སྤྱིར་དེར་ཐལ། དེའི་རྟོན་ལ་ཐར་ལམ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་སྤྱིར་དེར་  
 ཐལ། དེ་དག་ལམ་གསར་དུ་སྐྱབ་པའི་རྟོན་དུ་མི་ཁོམ་པར་བཤད་པའི་རྒྱ་  
 མཚན་ཡོད་པའི་སྤྱིར་བེད་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། དེ་ནི་གཙོ་ཆེ་བ་ལ་དགོངས་པའི་  
 སྤྱིར་འདོད་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྐྱལ་བ་ངན་  
 སོང་གི་གནས་སུ་བྱོན་ནས་སེམས་ཅན་མང་པོ་བདེ་བ་ལ་བགོད་དེ། ཆོས་



བསྟན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་དད་པ་དང་ངེས་འབྱུང་སྟེ་བ་ཡོད་པར་མདོ་སྟེ་དུ་མ་  
 ལས་གསུངས་པ་སོགས་ཀྱི་སྟོན་ས་དེའི་རྟེན་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་སྟེ་  
 བ་ཡོད་པར་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སྤྲི་མི་སྟན་པ་སོགས་དེ་དག་གི་རྒྱུད་  
 ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་གསར་དུ་སྟེ་བ་མེད་པར་ཐལ། དེ་དག་གི་རྟེན་ལ་  
 ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་གསར་དུ་སྟེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། མ་ཟུག་  
 འདོད་མི་བྱས་ཏེ། དེ་དག་གི་རྒྱུད་ལ་རྣམ་མཁྱེན་གསར་དུ་སྟེ་བ་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར། ཟུབ་སྟེ། དེའི་རྒྱུད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་དང་རྣམ་མཁྱེན་གཉིས་  
 སྟེ་དགོས་སུ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རྒྱུད་ལ་སྟེ་ས་  
 པའི་ལམ་མ་ཞུགས་མེད་པར་ཐལ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དེ་ཐེག་ཆེན་པའི་  
 རྒྱུད་ཀྱི་ཆོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། ལམ་མ་ཞུགས་ན་  
 ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ན་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་  
 པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་མ་ཟུབ་ཟེར། ཉགས་དེར་ཐལ། དེ་ན་སངས་རྒྱས་དོན་  
 གཉེར་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་བཤད་ལས། གཞན་  
 གསུམ་ཡང་སངས་རྒྱས་དོན་གཉེར་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་ཅམ་ཞིག་ཡིན་མོད།  
 ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། ལམ་མ་ཞུགས་ན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
 ཡོད་པར་ཐལ། དེ་ན་བྱུང་ལྟར་གྱི་རོ་ལྟ་བུའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར་ཟེར་ན། མ་ཟུག་ གཞན་ཡང་། དེ་ན་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་མེད་ཀྱང་

སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་པར་ཐལ། ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། དེ་གཉིས་རེ་རེ་ཡང་  
སེམས་བསྐྱེད་པ་ཅམ་གྱི་གྲངས་སུ་བགྱང་དགོས་ལ། ཞེས་གསུངས་པའི་  
ཕྱིར། ཟེར་ན། འདིའི་སྐྱས་ཟིན་ལྟར་ན་དེ་ལྟར་དུ་འབྱེད་ཅིང་། དེ་ཡང་སྐྱ་  
ཡངས་པའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ལ། འཇུག་པ་བདེ་བར་བྱས་ན། སེམས་  
བསྐྱེད་ཡིན་ན། གུན་རྫོབ་སེམས་བསྐྱེད་དང་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་  
པས་བྱབ་པར་ཁས་སྦྱངས་ནའང་མི་འགལ་ལོ། ཁ་ཅིག་ཐེག་ཆེན་སེམས་  
བསྐྱེད་ཡིན་ན། གུན་རྫོབ་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་པས་མ་བྱབ་པར་ཐལ། དོན་  
དམ་སེམས་བསྐྱེད་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྒོམ་  
རིམ་ལས། །སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་ནམ་པ་གཉིས་ཏེ། གུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་  
པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། སྒྲོན་མེད་དེ།  
དེ་ནི་དངོས་བཀྲགས་མ་ཕྱེ་བར་དབྱེ་བ་བསྟན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་  
རུས་ཏེ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་དང་གུན་རྫོབ་སེམས་བསྐྱེད་གཉིས་དོན་  
གཅིག་ཏུ་བྱེད་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དོན་དམ་སེམས་བསྐྱེད་དེ་ཐེག་  
ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་དུ་འདོད་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྒྲོད་འཇུག་  
དར་ཤིག་ལས། དོན་དམ་སེམས་བསྐྱེད་འདི་གང་དུ་འང་སེམས་བསྐྱེད་དུ་  
བཤད་པ་མེད། ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་  
པའི་རྒྱུད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་སེམས་

ཅན་གྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་བྱའོ་སྙམ་པའི་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་  
 མངོན་འགྱུར་བ་ཞིག་མེད་ཀྱང་། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་བག་ལ་ཉལ་བའི་  
 ཚུལ་གྱིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་བཤད་ལས། སྟོང་ཉིད་ལ་མཉམ་  
 པར་བཞག་བཞིན་པའི་དུས་ན་གང་ཟག་དེའི་རྒྱད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་  
 བསྐྱེད་ཡོད་མོད་ཀྱི། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་བྱའོ་སྙམ་  
 པའི་སློ་མངོན་འགྱུར་དུ་ག་ལ་དགོས། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། འདི་ལ་  
 མཁས་པ་ཁ་ཅིག་དོན་གཞན་དུ་འཆད་ཀྱང་། རྣམ་བཤད་ཀྱི་དགོངས་པ་ནི་  
 ཆོག་ཟེན་གྱི་དོན་ལྟར་མཁས་པ་དུ་མས་དེའི་རྒྱད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་  
 བསྐྱེད་ཡོད་པར་བཞེད་དོ། ཁ་ཅིག་ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་པའི་  
 རྒྱད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་མངོན་གྱུར་དུ་ཡོད་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་ཀྱི་  
 ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་དེ་སློ་མངོན་གྱུར་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་  
 དམིགས་རྣམ་འཛིན་པའི་སློ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པ་ནི་ཅུང་ཟད་  
 ཆོག་ལ་སོང་བར་གསལ་ལོ། །འདོད་མི་རྒྱས་སོ། ཁ་ཅིག་ཐེག་ཆེན་མཐོང་  
 ལམ་བར་ཆད་མེད་པའི་རྒྱད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་མེད་པར་ཐལ། དེའི་  
 རྒྱད་ཀྱི་ཤེས་པ་ཡིན་ན་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་པ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར།  
 དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་ཀྱི་ཆད་མ་ཡིན་ན་དེ་ལྟར་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེ་ཐལ།  
 དེའི་རྒྱད་ཀྱི་མངོན་སུམ་གྱི་ཆད་མ་ཡིན་ན་དེ་ལྟར་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེ་

ཐལ། དེའི་རྒྱད་ཀྱི་རྣམ་འབྱོར་མངོན་སུམ་གྱི་ཆད་མ་ཡིན་ན་དེ་ལྟར་ཡིན་  
དགོས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། ཁ་ཅིག་སྟང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་  
པའི་སྟོབ་པའི་རྒྱད་ཀྱི་ཆད་མ་ཡིན་ན། སྟང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་  
དགོས་པར་ཐལ། སྟང་ཉིད་རྟོགས་པའི་སྟོབ་པའི་ཆད་མ་ཡིན་ན། སྟང་ཉིད་  
རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། རེ་ཞིག་མ་ཁྲབ་བྱས་པ་  
ལ། ཁོ་ན་རེ། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པའི་རྒྱད་ཀྱི་རང་རིག་  
ཆོས་ཅན། སྟང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། སྟངས་ཉིད་རྟོགས་  
པའི་སྟོབ་པའི་ཆད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྟང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཐེག་  
ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་པའི་ཆད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་  
ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་པའི་ཆད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་  
རྒྱད་ཀྱི་ཆད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཞན་ཡང་། དེ་ཆོས་ཅན། སྟང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པར་  
ཐལ། སྟང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སྟོབ་པའི་རྒྱད་ཀྱི་ཆད་མ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་པའི་རྒྱད་ཀྱི་ཆད་མ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་སྟེ། དེ་སྟང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སྟོབ་པ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། ཞིབ་ཆ་བྱའོ། འདོད་མི་རྣམས་ཏེ། རང་རིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
དེས་ན། རྣམ་བཤད་ཀྱི་ལུགས་ལྟར་བྱེད་ན་སྟང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་

པའི་སྟོབ་པའི་རྒྱད་ལ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་ཀྱང་། དེས་སྟོང་ཉིད་  
 རྟོགས་པ་མིན་ཞེས་ཁས་སྤངས་ན་ལེགས་པར་སེམས་ལ། ཡང་ན་མཁས་པ་  
 འགའ་ཞིག་གིས་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སྟོབ་པའི་རྒྱད་ལ་ཐེག་  
 ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་མེད་ཀྱང་། སྟོང་ཉིད་དོན་སྤྱི་ལྟ་བུ་གྱིས་རྟོགས་པའི་  
 སྟོབ་པའི་རྒྱད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་པར་འདོད་པ་ལྟར་བྱའོ། འོན་  
 ཀྱང་འདྲིར་བཞེད་པ་མི་འདྲ་བ་མང་ངོ་། ཁ་ཅིག་འཇུག་སྟོམ་རྒྱད་ལ་ལྟན་པའི་  
 སེམས་ཅན་ཡིན་ན། བྱང་སེམས་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། འཇུག་པ་སེམས་  
 བསྐྱེད་རྒྱད་ལྟན་གྱི་སེམས་ཅན་ཡིན་ན། བྱང་སེམས་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར།  
 ཟེར་ན། མ་ཁྱབ། རྟོགས་དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་རྒྱད་ལྟན་གྱི་  
 སེམས་ཅན་ཡིན་ན། བྱང་སེམས་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར། འདོད་ན། དེ་མི་  
 འཐད་པར་ཐལ། འཇུག་སྟོམ་རྒྱད་ལྟན་གྱི་ལམ་མ་ཞུགས་ཡོད་པར་ལམ་  
 རིམ་སོགས་ནས་བཞད་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་སྟོན་པ་སེམས་བསྐྱེད་དེ་ཆོགས་  
 ལམ་ནས་རྒྱན་མཐའི་བར་དུ་ཡོད་པར་ཐལ། བྱང་སེམས་རྒྱན་མཐའ་བའི་  
 རྒྱད་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་དེ་སྟོན་པ་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ།  
 བྱང་སེམས་དེའི་རྒྱད་ལ་སྟོན་པ་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ།  
 དེའི་རྒྱད་ལ་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་པའི་བྱིར། ཟེར་ན། རྣམ་བཞད་ལྟར་ན་མ་  
 ཁྱབ་སྟུམ། འདོད་ན། མི་འཐད་པར་ཐལ། ས་བརྒྱད་པ་ནས་བདེན་འཛིན་



མདོན་གྱུར་པ་སྤངས་པས་དག་སའི་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་ན། འཇུག་པ་

སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པ་མཁས་གྲུབ་ཀྱིས་གསུངས།

ཁ་ཅིག སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་དང་བྱང་

སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་གཉིས་ཆོས་ཅན། རང་ལུགས་ཀྱི་མཆོན་

ཉིད་དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་གཉིས་

པོ་ཡང་དེ་གཉིས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པར་ཐལ་ལོ། ཞེས་འཕེན་པ་ནི་ཏ་ཅང་ཆོག་

དོན་དུ་གཉེར་བའོ། ཁ་ཅིག སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཐེག་ཆེན་

སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། རང་ལུགས་ཀྱི་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཆོན་

ཉིད་དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེའི་རྒྱུད་

ལ་རྫོགས་བྱང་དོན་གཉེར་གྱི་འདུན་པ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར།

འདོད་ན། དེ་རྫོགས་བྱང་དོན་དུ་གཉེར་བའི་གང་ཟག་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་

པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེས་རྫོགས་བྱང་ཐོབ་ཟེན་པའི་ཕྱིར། གསུང་བ་

མང་ཡང་། དེ་ཞིག སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ལ་རྫོགས་བྱང་དོན་

གཉེར་གྱི་སློ་ཡོད་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་རང་དོན་ཆོས་སྐྱེད་དུ་གཉེར་བའི་

སློ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། དེའི་རྒྱུད་ལ་རང་དོན་དོན་གཉེར་གྱི་སློ་ཡོད་

པར་ཐལ། རང་དོན་རྫོགས་པར་བྱས་ཟེན་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། དེའི་རྒྱུད་

ལ་རང་དོན་དོན་གཉེར་གྱི་སློ་མེད་པས་མ་བྱུང་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གཞན་

དོན་རྫོགས་པར་བྱས་ཟིན་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། དེའི་རྒྱད་ལ་གཞན་དོན་  
 དོན་གཉིས་ཀྱི་སྒོ་མེད་པས་མ་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མཆོག་གི་སྒྲུལ་  
 སྒྲུལ་གཞན་དོན་ཡོངས་སུ་རྫོགས་ཀྱང་། དེའི་རྒྱད་ལ་གཞན་དོན་དོན་གཉིས་  
 ཀྱི་སྒོ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། མཆོག་གི་སྒྲུལ་སྒྲུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་  
 ཁྲབ་ན། དོན་གཉིས་རྫོགས་པའི་གང་ཟག་མེད་པར་ཐལ། མ་ཁྲབ་པ་དེའི་  
 ཕྱིར། འདོད་ན་དོན་གཉིས་མཐར་ཕྱིན་པའི་སངས་རྒྱས་མེད་པར་ཐལ་ལོ།  
 ཁ་ཅིག་གཞན་དོན་ཡིན་ན། བྱང་འདས་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། རྣམ་བཤད་  
 ལས། གཞན་དོན་ནི་འདིར་གཞན་རྒྱད་ཀྱི་བྱང་འདས་ཡིན་ལ། ཞེས་གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། དེ་ནི་སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་གཞན་དོན་ཕྱིར།  
 ཞེས་པ་དང་། དེ་དང་དེ་ནི་ཞེས་པའི་བྱི་མའི་དངོས་བསྟན་གྱིས་གཞན་དོན་  
 ཀྱི་མཆོན་གཞི་བཟུང་བ་ཙམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན་སྒྲོལ། ཁ་ཅིག་ས་ལྟ་  
 བུའི་སེམས་བསྐྱེད་སོགས་སེམས་བསྐྱེད་དང་པོ་གསུམ་པོ་གང་རུང་ཡིན་  
 ན། བྱང་སེམས་ཆོགས་ལམ་པའི་རྒྱད་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་དགོས་པ་དང་།  
 མེ་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་ན། སྒྲོར་ལམ་པའི་རྒྱད་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་  
 ཡིན་དགོས་པ་དང་། གཉིས་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་ནས་སྒྲ་དབྱངས་ལྟ་བུའི་  
 བར་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་གང་རུང་ཡིན་ན། ས་དང་པོ་ནས་བཅུ་པའི་བར་གྱི་  
 སེམས་བསྐྱེད་གང་རུང་ཞིག་ཡིན་དགོས་པ་དང་། རྒྱལ་པོ་ལྟ་བུའི་སེམས་

བསྐྱེད་སོགས་ལྟ་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན། དག་སའི་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་དགོས་  
པ་དང་། སྤྱི་མཐའ་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་སོགས་གསུམ་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན།  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའི་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། འབྲེལ་པ་ལས།  
དེ་ལ་དང་པོ་གསུམ་ནི་ཆུང་དུ་དང་འབྲིང་དང་ཆེན་པོ་ཉིད་ཀྱིས་ལས་དང་པོ་  
བའི་སས་བསྐྱུས་སོ། ། ཞེས་སོགས་དང་། རྣམ་བཤད་ལས་ཀྱང་། ཆོགས་  
ལས་ཆུང་དུ་དང་འབྲིང་དང་ཆེན་པོ་ཉིད་ཀྱིས་རིམ་བཞེན་དུ་བསྐྱུས་པའི་  
ཕྱིར། ཞེས་པ་ནས། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའི་སྦྱོར་བ་དང་དངོས་དང་མཐུག་གི་  
སྒོ་ནས་རིམ་བཞེན་དུ་བསྐྱུས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་བར་གསུངས་པའི་  
ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། དེ་ནི་གཞུང་དེ་དག་གི་དངོས་བསྟན་ལ་དེ་ལྟར་  
བསྐྱུས་པ་ཡོད་པར་བསྟན་པ་ཡིན་གྱི། སྦྱོར་དེ་ལྟར་ཁས་མི་ལེན་ཏེ། སེམས་  
བསྐྱེད་ཡིན་ན། ས་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་པས་ཁྲབ་པར་འདོད་དགོས་  
པ་དང་། གཞན་ལ་ཡང་ཅི་རིགས་སྤྱི་མ་ངེས་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ།  
བཀག་ཅིན་པའི་ཕྱིར་དང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའི་སྦྱོར་བས་བསྐྱུས་པའི་སེམས་  
བསྐྱེད་དེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའི་སེམས་བསྐྱེད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ལས་  
དུ་མ་ཞུགས་པའི་གང་ཟག་ཆོས་ཅན། བྱང་སེམས་ལས་དུ་མི་ཚུད་པར་ཐལ།  
ཁོད་ཀྱི་ཚུད་ལ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མེད་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་སྟེ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
སེམས་མེད་ན་བྱང་སེམས་ལས་དུ་མི་ཚུད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། བྱང་སེམས་

མཐོང་ལམ་པ་ཆོས་ཅན། སངས་རྒྱས་ཐོབ་མི་རུས་པར་ཐལ། ས་བཙུ་མ་  
 ཐོབ་པའི་ཕྱིར། འབྲེལ་སྤྱོད་ས་བཙུ་མ་ཐོབ་ན། སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་མི་རུས་  
 པའི་ཕྱིར། འཁོར་གསུམ། འདོད་མི་རུས་ཏེ། བྱང་འཕགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 ཁ་ཅིག་ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱུད་  
 ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་སྐྱེས་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཐེག་ཆེན་ལམ་དུ་ཚུད་པའི་  
 གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འབྲེལ་སྤྱོད་ཐེག་ཆེན་པ་ཡིན་མིན་ཐེག་ཆེན་སེམས་  
 བསྐྱེད་རྒྱུད་ལ་སྐྱེས་མ་སྐྱེས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་འཛོག་པར་ནམ་བཤད་སོགས་ནས་  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེའི་རྒྱུད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་  
 པར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན།  
 མཁས་གྲུབ་ཀྱི་ལུགས་འཛིན་ན་འདིར་མ་འབྲལ། ཁ་ཅིག་གང་ཟག་ཆོས་ཅན།  
 ཁྱོད་ཐེག་ཆེན་ལམ་དུ་ཚུད་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་  
 བསྐྱེད་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར། འབྲེལ་སྤྱོད་ཐེག་ཆེན་པ་ཡིན་  
 མིན་སེམས་འདི་ཡོད་མེད་ཀྱི་མེས་སུ་འགྲོ་ལྷོག་བྱེད་དོ་ཞེས་བཤད་པ་ལྟར་  
 ཁས་ལེན་འདོད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། ཡང་མ་འབྲལ་ན། འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་ལམ་  
 དུ་ཞུགས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ལམ་ཞུགས་ཡིན་པར་ཐལ།  
 འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཁྱོད་དུ་གྱུར་པའི་ལམ་མ་ཞུགས་ཀྱི་གང་ཟག་མེད་  
 པར་ཐལ། ཁྱོད་ལམ་ཞུགས་ཀྱི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་ཁས། ཁོ་ན་

རེ། གང་ཟག་དེ་ཐེག་ཆེན་ལམ་དུ་མི་ཚུད་པར་ཐལ་ལོ་བེར་ན། མ་ཁྱབ་བོ།

### གདམས་ངག

༥ གཉིས་པ་གདམས་ངག་འཆད་པ་ནི། སྐབ་དང་བདེན་པ་རྣམས་དང་  
ནི། །ཞེས་པ་ནས། བཙུ་ཡི་བདག་ཉིད་ཤེས་པར་བྱ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས།  
འདི་ལ་གཉིས། ཆིག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱུང་པའོ། །

དང་པོ་ནི། ཐེག་ཆེན་གྱི་གདམས་ངག་ནི་ཆོས་ཅན། བྱོད་ལ་དབྱེ་ན་  
བཙུ་ཡི་བདག་ཉིད་དུ་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། སྐབ་པ་རང་གི་ངོ་བོ་ཀྱན་རྫོབ་དང་  
དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ལ་འདོམས་པའི་གདམས་ངག་དང་། དེ་བཞིན་དུ་  
ཐམས་ཅད་ལ་འདོམས་པའི་གདམས་ངག་ཅེས་སྐྱར་ཏེ་སྐབ་པའི་དམིགས་པ་  
བདེན་པ་བཞི་རྣམས་དང་། སྐབ་པའི་རྟོན་སངས་རྒྱས་ལ་སོགས་ཏེ་ཆོས་  
དང་དགོ་འདུན་བཅས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་དང་། སྐབ་པ་བརྟན་པའི་རྒྱ་སྟོ་  
གསུམ་གྱི་བྱ་བ་ངན་པ་ལ་མ་ཞེན་པའི་བརྩོན་འགྲུས་དང་། སྐབ་པ་འཕེལ་  
བའི་རྒྱ་ཡོངས་སུ་མི་ངལ་བའི་བརྩོན་འགྲུས་དང་། སྐབ་པ་མི་ཉམས་པའི་རྒྱ་  
ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་ནི་ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་དང་། སྐབ་པ་ལ་རང་དབང་དུ་  
འདུག་པའི་རྒྱ་སྐྱོན་ལྔ་དང་། སྐབ་པའི་འབྲས་བུ་སྐྱར་དུ་རྫོགས་པའི་རྒྱ་  
མདོན་ཤེས་གྱི་ཡོན་ཏན་དུག་དང་། མཐོང་སྤང་གི་ས་བོན་སྤོང་བར་བྱེད་པའི་  
མཐོང་ལམ་དང་། སྟོམ་སྤང་གི་ས་བོན་སྤོང་བར་བྱེད་པའི་སྟོམ་ཞེས་བྱ་བའི་



ལམ་ལ་འདོམས་པའི་གདམས་ངག་དང་བཅས་པ་བཙུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེའི་  
དོན་འགྲེལ་པར་འཆད་པ་ལ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ། ཞེས་  
པ་ནས། གདམས་ངག་ནི་རྣམ་པ་བཙུའོ་ཞེས་པའི་བར་གསུངས།

༺ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གཉིས། གདམས་ངག་གི་རྣམ་གཞག་  
སྒྲིབ་བསྟན་པ་དང་། གྲེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་དགག་གཞག་སྒྲོང་  
གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ་ཁ་ཅིག ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆེད་དུ་གཉིར་  
བྱ་ཐོབ་པའི་ཐབས་སྟོན་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་། ཐེག་ཆེན་གདམས་ངག་  
གི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། འགྲེལ་པ་དོན་གསལ་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ།  
མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མཁྱེན་གསུམ་ལེགས་པར་སྟོན་པའི་ཐེག་  
ཆེན་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱུས་གསུམ་  
དང་མདོན་རྟོགས་རྒྱན་ཀྱི་དགོངས་པ་རྫོགས་པར་སྟོན་པའི་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་  
བསྟན་བཅོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ཡིན་པར་ཐལ།  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་ཅིག ཐེག་ཆེན་  
སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆེད་དུ་གཉིར་བྱ་ཐོབ་པའི་ཐབས་མཐའ་དག་རྫོགས་པར་  
སྟོན་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་གྲུབ་པའི་ཐེག་ཆེན་  
ཀྱི་གདམས་ངག་གི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། དངོས་པོ་བདེན་བྱུང་ཏུ་སྟོན་པའི་  
སེམས་ཅམ་པའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མདོ་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ།

མཆོན་བྱ་དེའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། སེམས་ཙམ་པའི་མདོ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། འདོད་  
ན། རྣམ་མཁྱེན་ཐོབ་པའི་ཐབས་མཐའ་དག་རྫོགས་པར་བསྟན་པར་ཐལ།  
འདོད་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། དེ་དངོས་པོ་བདེན་མེད་དུ་སྟོན་པའི་གཞུང་ཡིན་  
པར་ཐལ། དེ་ཐར་པ་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ཀྱི་གཙུག་པོ་དངོས་པོ་བདེན་མེད་དུ་  
རྫོགས་པའི་ཤེས་རབ་སྟོན་པའི་གཞུང་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། ཐར་པ་ཐོབ་  
བྱེད་ཀྱི་ཐབས་མཐའ་དག་སྟོན་པའི་གཞུང་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། སངས་  
རྒྱལ་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་མཐའ་དག་སྟོན་པའི་གཞུང་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་  
ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་མཐའ་དག་སྟོན་པའི་གཞུང་ཡིན་པའི་  
སྤྱིར། ཏྲགས་ཁས། གོང་དུ་འདོད་ན། མི་འཐད་པར་ཐལ། དངོས་པོ་བདེན་  
གྲུབ་དུ་སྟོན་པའི་གཞུང་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཙམ་དེ་ཡིན་པའི་  
སྤྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། སེམས་ཙམ་པས་དངོས་པོ་  
བདེན་གྲུབ་དུ་ཁས་ལེན་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། དེས་གཞན་དབང་བདེན་གྲུབ་  
དུ་ཁས་ལེན་པའི་སྤྱིར། ཁ་ཅིག་ཐེག་ཆེན་གྱི་གདམས་ངག་ཡིན་ན། སངས་  
རྒྱལ་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ཡང་དག་པར་སྟོན་པས་བྱུང་བར་ན། མཐར་ཐུག་  
ཐེག་པ་གསུམ་དུ་གྲུབ་ཅིང་གཞན་དབང་བདེན་གྲུབ་སྟོན་པའི་སེམས་ཙམ་  
པའི་མདོ་ཆོས་ཙམ། དེར་ཐལ། དེའི་སྤྱི། འདོད་ན། མཐར་ཐུག་ཐེག་པ་གསུམ་  
དུ་གྲུབ་པ་དང་། གཞན་དབང་བདེན་པར་གྲུབ་པར་ཐལ། དེ་སྟོན་པའི་གཞུང་

དེས་སངས་རྒྱལ་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་བསྟན་པའི་བྱིར། དེར་  
 ཐལ། དེ་ལྟར་སྟོན་པའི་མདོ་དེས་སངས་རྒྱལ་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ཡང་དག་  
 པར་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་བསྟན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་འདྲ་བའི་སེམས་ཅམ་  
 པའི་མདོས་དེ་ལྟར་བསྟན་པར་ཁས་ལེན་རིགས་པའི་བྱིར། ཉགས་ཁས།  
 འདོད་ན་སྒྲོ། །ཁ་ཅིག་ མཆོག་གི་སྤྱལ་སྤྱལ་གདམས་ངག་དངོས་སུ་ཉན་  
 རུས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། ཆོས་རྒྱལ་གྱི་ཉིང་དེ་འཛིན་ཐོབ་པས་སྤྱབ་ཟེར་  
 ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ལམ་མ་ཞུགས་ན་མཆོག་གི་སྤྱལ་སྤྱལ་གདམས་  
 ངག་དངོས་སུ་ཉན་རུས་པའི་གང་ཟག་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། སྟོན་པ་  
 རྒྱུ་ཐུབ་པ་ལ་དེ་ལྟར་ཉན་རུས་པའི་ལམ་མ་ཞུགས་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ།  
 སྟོན་པའི་འཁོར་དུ་གྱུར་པའི་ལམ་མ་ཞུགས་ཡོད་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ བཟོད་  
 བྱ་དོན་གྱི་གདམས་ངག་ཡིན་ན། གདམས་ངག་ཡིན་པས་སྤྱབ་ཟེར་ན། བདེན་  
 པ་གཉིས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། སྤྱབ་དང་ཞེས་པར་བཟོད་བྱ་དོན་  
 གྱི་གདམས་ངག་ཡུལ་བདེན་པ་གཉིས་པོ་དེ་ཡུལ་ཅན་ཐབས་ཤེས་ཟུང་  
 འབྲེལ་གྱིས་ཉམས་སུ་ལེན་དགོས་པར་བསྟན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཡུམ་གྱི་  
 མདོ་ལས། ཟུང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཉིད་ཡོད་བཞིན་དུ་ཟུང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་མི་མཐོང་ངོ་། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་བསྟན་  
 པའི་བྱིར། འདོད་ན། ངག་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ།།

ཁ་ཅིག་གདམས་ངག་ཉན་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། སེམས་ཅན་ཡིན་པས་བྱབ་  
ཟེར་ན། སྟོན་པ་ཤུག་ཐུབ་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་  
རྒྱུ་ལ་གདམས་ངག་ཉན་པའི་ཉན་ཤེས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱུ་  
ལ་གདམས་ངག་ཐོས་པའི་སྟོན་གྱི་ཉན་ཤེས་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། མཆོན་ཉིད། དབྱེ་བ། ས་མཆོམས་སོ། །  
ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་གྱི་ཆེད་དུ་གཉེར་བྱ་ཐོབ་བྱེད་གྱི་ཐབས་སྟོན་པའི་  
སངས་རྒྱས་གྱི་གསུང་། སངས་རྒྱས་གྱི་བཀའ་གྱུར་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་གདམས་  
ངག་གི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་ངོ་ཐོའི་སྟོན་ས་དབྱེ་ན། དེར་གྱུར་པའི་འདོམས་  
པའི་གདམས་ངག་དང་། རྗེས་བསྟན་གྱི་གདམས་ངག་གཉིས། དུམ་གྱི་སྟོ་  
ནས་དབྱེ་ན་བཙུ་ཡོད་དེ། རང་གི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱས་སྒར་མ་ཐོབ་  
པའི་ཡོན་ཏན་ཐོབ་ཕྱིར་དུ་འདོམས་པའི་གདམས་ངག་ རྗེས་བསྟན་གྱི་  
གདམས་ངག་གི་མཆོན་ཉིད། རང་གི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱས་ཐོབ་པའི་  
ཡོན་ཏན་མི་ཉམས་པའི་ཕྱིར་དུ་འདོམས་པའི་གདམས་ངག་ འདོམས་པའི་  
གདམས་ངག་གི་མཆོན་ཉིད། དེ་གཉིས་མི་འགལ་ལོ། ས་མཆོམས་ནི་སྤྱིར་  
ལམ་མ་ཞུགས་ནས་སངས་རྒྱས་གྱི་སའི་བར་དུ་ཡོད། སངས་རྒྱས་གངས་  
མེད་པ་རྣམས་ལ་གདམས་ངག་ཉན་པ་ལ། ཆོས་རྒྱན་གྱི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཐོབ་  
དགོས་པར་མ་ངེས་ཀྱང་། ཆོས་རྒྱན་གྱི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཐོབ་ནས་སངས་རྒྱས་

གངས་མེད་པ་ལ་གདམས་ངག་ཉན་ཀྱས་པ་ཡིན་ཏེ། མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས། །དེ་  
ཆེ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱན་ལས་ནི། །སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་ཞི་གནས་དང་། །ཡེ་ཤེས་  
ཡངས་པ་ཐོབ་བྱའི་ཕྱིར། །གདམས་ངག་རྒྱ་ཆེན་ལོད་པར་འགྱུར། །ཞེས་  
གསུངས་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྒྲོང་ལ། །ཁ་ཅིག་གདམས་ངག་ཡིན་ན། །སངས་རྒྱས་  
ཀྱི་བཀའ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། །སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་  
གདམས་ངག་ཡིན་ན། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན།  
མ་བྱུང་། འདོད་མི་ཀྱས་ཏེ། །གདམས་ངག་ལ་བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་གཉིས་  
ཡོད་པའི་ཕྱིར། །ཁ་ཅིག་ཐེག་ཆེན་གྱི་མདོ་དང་ཐེག་དམན་གྱི་མདོ་གཉིས་མི་  
འགལ་བར་ཐལ། །ཐེག་ཆེན་གྱི་གདམས་ངག་དང་ཐེག་དམན་གྱི་གདམས་  
ངག་མི་འགལ་བའི་ཕྱིར། །དེར་ཐལ། །ཐེག་ཆེན་གྱི་ངག་དང་ཐེག་དམན་གྱི་  
ངག་མི་འགལ་བའི་ཕྱིར། །མ་གྲུབ་ན། །ཐེག་དམན་གྱི་མདོ་ཆོས་ཅན། །ཐེག་ཆེན་  
གྱི་ངག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། །ཐེག་དམན་གྱི་ངག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །དེར་ཐལ། །ཐེག་  
དམན་གྱི་མདོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །ཁ་ཅིག་མ་བྱུང་ཟེར། །འདོད་ན། །དེ་ཆོས་ཅན།  
ཐེག་ཆེན་གྱི་ངག་ཡིན་པར་ཐལ། །ཐེག་ཆེན་པའི་ངག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན།  
ཡང་ན་འདིར་མ་བྱུང་། །མ་གྲུབ་ན། །དེར་ཐལ། །སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་ངག་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། །དེར་ཐལ། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །ཁ་ཅིག་མ་



ཁྱབ་སྟེ། གསེར་འོད་དམ་པའི་མདོའི་ནང་ཚན་དུ་གྱུར་པའི་ལྷའི་རྩ་བོ་ཆེ་ལས་  
བྱུང་བའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་དེ་རྣམས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ཡིན་ཀྱང་། དེ་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་ངག་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེ་ལྟར་མིན་ན། སྤྱི་གཤམ་པ་ཐམས་  
ཅད་ཀྱང་ངག་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ་གསུང་བ་ནི་དབྱུད་པའི་གཞིར་སྤང་ཡང་། དེ་  
ཞིག་མཁས་གྲུབ་བསྟན་དར་བ་སོགས་མང་པོས་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་  
ལ་ངག་གིས་ཁྱབ་པར་བཞེད་པ་ལྟར་འདོད་པར་བྱའོ། གོང་དུ་འདོད་མི་རྣམས་  
ཏེ། གདུལ་བྱ་ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་ཅན་དང་ཐེག་དམན་གྱི་རིགས་ཅན་གཉིས་  
འགལ་བའི་སྤྱིར། ཁ་ཅིག་གདམས་ངག་ཡིན་ན། ངག་ཡིན་པས་མ་ཁྱབ་པར་  
ཐལ། སྤྱི་མེད་ཀྱང་གདམས་ངག་སྟོན་པ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། སྤྱི་མེད་  
ཀྱང་ཆོས་སྟོན་པ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། ཟེར་ན་མ་ཁྱབ། ཏྲགས་དེར་ཐལ། སྤྱི་མེད་  
ཀྱང་དེ་དེ་ལྟར་སྤང་། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། དེ་ཁྱབ་པར་ཐལ།  
དོན་བསྟུས་ལས། གདམས་ངག་རྣམ་པ་བརྩ་ཡིན་ཏེ། །རོ་བོ་ངག་གི་འཁོར་  
ལོ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། ཁ་ཅིག་བྱང་སེམས་མཐོང་ལམ་པས་  
སྤར་མ་ཐོབ་པའི་ཡོན་ཏན་ཡོད་པར་ཐལ། དེས་སྤར་མ་ཐོབ་པའི་ཡོན་ཏན་  
ཐོབ་སྤྱིར་དུ་འདོམས་པའི་གདམས་ངག་ཡོད་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། མདོན་  
ཏྲགས་རྒྱན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱས་སྤར་མ་ཐོབ་པའི་ཡོན་ཏན་ཐོབ་  
སྤྱིར་དུ་འདོམས་པའི་གདམས་ངག་ཡོད་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། དེས་སྤར་ཡོན་

ཉན་མ་ཐོབ་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར་བེར་ན་མ་བྱལ། འདོད་མི་རུས་ཏེ།  
 སྒྲར་ཆོགས་ལམ་ཐོབ་པའི་བྱིར་བེར་ན། དེས་སྒྲར་མ་ཐོབ་པའི་ཡོན་ཉན་ཡོད་  
 པར་ཐལ། དེས་སྒྲར་མ་ཐོབ་པའི་སངས་རྒྱས་ཡོད་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་སངས་  
 རྒྱས་གངས་མེད་པ་ལ་གདམས་ངག་ཉན་པ་ལ་ཆོས་རྒྱན་གྱི་ཉིང་རེ་འཛིན་  
 ཐོབ་དགོས་པར་ཐལ། དེ་ལ་གདམས་ངག་རང་སྟོབས་ཀྱིས་དངོས་སུ་ཉན་པ་  
 ལ་ཆོས་རྒྱན་གྱི་ཉིང་རེ་འཛིན་ཐོབ་དགོས་པའི་བྱིར་བེར་ན། མ་བྱལ། དེར་  
 ཐལ། དེ་ལྟར་ཉན་པ་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོགས་ལམ་ཆེན་པོ་ནས་ཆོས་རྒྱན་གྱི་  
 ཉིང་རེ་འཛིན་ཐོབ་པ་ལ་རག་ལས་པའི་བྱིར། འདོད་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ།  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་མ་བྱས་སངས་རྒྱས་ཞིང་ཁམས་གཞན་དུ་བགྲོད་ནས་  
 གདམས་ངག་ཉན་པའི་ཐེག་དམན་པ་ཡོད་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་སྟོན་པ་ལྟ་  
 ཐུབ་པས་གདམས་ངག་མི་ཉན་པར་ཐལ། དེས་གདམས་ངག་ཉན་པ་ལ་  
 དགོས་པ་མེད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེས་ཆོས་ཐམས་ཅད་མཛོན་སུམ་དུ་  
 ཉོགས་པས་སྟོབ་དཔོན་གྱིས་གདམས་ངག་བསྟན་པ་ལ་མ་སྟོས་པའི་བྱིར་  
 བེར་ན། མ་བྱལ། ཉགས་དེར་ཐལ། མདོ་ལས། དེས་ན་ང་ལ་སྟོབ་དཔོན་  
 མེད། །ཅེས་པ་དང་། ས་སྟེང་འདི་ན་ང་ནི་མཆོག་ །ཅེས་གསུངས་པའི་བྱིར།  
 འདོད་མི་རུས་ཏེ། སྟོན་པས་གཞན་དོན་དུ་དགོངས་ནས་དེ་ཉན་པ་ཡོད་པའི་  
 བྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་དམན་གྱི་མདོ་ལས། སྟོན་པས་སྐྱ་སྟོད་བསྐྱངས་པའི་

ཚུ་ལ་བསྟན་ནས་འཕགས་པ་ལྟ་རིའི་བྱ་ལ་བྲོད་ཀྱིས་ང་ལ་འཕགས་པའི་  
ཆོས་སྟོན་ཅིག་གསུངས་ནས་ཉན་པ་ཡོད་པའི་སྤྱིར།

### བདེན་གཉིས།

༥ གཉིས་པ་ལ་གདམས་ངག་གི་བྲད་པར་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་ལ་ལྟ།  
སྐབ་པ་རང་གི་ངོ་བོ་ལ་འདོམས་པའི་གདམས་ངག་      སྐབ་པའི་དམིགས་པ་  
བདེན་པ་བཞི་དང་། སྐབ་པའི་རྟོན་དགོན་མཆོག་གསུམ་དང་། སྐབ་པ་ལ་རང་  
དབང་དུ་འཇུག་པའི་རྒྱ་སྐྱོན་ལྔ་དང་། སྐབ་པ་སྤྱར་དུ་རྫོགས་པའི་རྒྱ་མཛོན་  
ཤེས་བྱུག་ལ་འདོམས་པའི་གདམས་ངག་བཤད་པའོ། དང་པོ་ནི། དུམ་གྱི་  
མདོ་ལས། ལྟ་རིའི་བྱ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཤེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་  
པ་ལ་སྦྱོད་པའི་ཆོ།      བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཉིད་ཡོད་བཞིན་དུ་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་མི་མཐོང་།      བྱང་སེམས་གྱི་མིང་ཡང་  
ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་མི་མཐོང་། ཞེས་སོགས་ཀྱི་མདོ་ཆོས་ཅན། བྲོད་སྐབ་  
པ་རང་གི་ངོ་བོ་ལ་འདོམས་པའི་གདམས་ངག་ཡིན་ཏེ། དུམ་བདེན་གཉིས་  
གྱི་རིམ་པ་ལས་མི་འདའ་བར་དུམ་ཅན་ཐབས་ཤེས་བྱང་འབྲེལ་དུ་ཉམས་སུ་  
ལོངས་ཤིག་ཅས་འདོམས་པའི་གདམས་ངག་ཡིན་པའི་སྤྱི། དེ་ཙམ་བར་འཆད་  
པ་ལ། སྐབ་དང་ཞེས་གསུངས་ཞིང་། འབྲེལ་པར། ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་  
པའི་བདེན་པ་ལས་མི་འདའ་བས་ཞེས་སོགས་གསུངས།

༥ འདི་འདྲི་སྒྲུབ་ས་སྤྱ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་  
 ཅིག ཞེས་བྱ་བ་དེན་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་གཞི་མིན་ཟེར་ན། དེ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 ཞེས་བྱ་ལ་བ་དེན་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་འཐད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཡབ་སྐུས་  
 མཇལ་བའི་མདོ་ལས། ཞེས་པར་བྱ་བ་ཡང་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པའི་  
 བ་དེན་པ་འདིར་ཟད། ཅེས་པའི་ཆོག་ཟུར་གྱི་ཞེས་པར་བྱ་བ་ཡང་ཞེས་པས་  
 ཞེས་བྱ་བ་དེན་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་གཞི་དང་། ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པའི་བ་དེན་  
 པ་འདིར་ཟད་ཅེས་པས་བ་དེན་གཉིས་དེའི་དབྱེ་བའི་ཡ་གྲུལ་དུ་བསྟན་པའི་  
 ཕྱི། ཁ་ཅིག བ་དེན་པ་བ་དེན་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་གཞི་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་  
 པར་ཐལ། ཀུན་རྫོབ་བ་དེན་པ་བ་དེན་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་  
 བསྟན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཀུན་རྫོབ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག ལྟོང་བ་  
 ཉིད་གཟུགས་སོ། གཟུགས་ལས་ཀྱང་ལྟོང་བ་ཉིད་གཞན་མ་ཡིན་ཞེས་  
 གསུངས་པས། བ་དེན་གཉིས་གཅིག་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་  
 གཉིས་གཅིག་པ་ལ་གཞོད་བྱེད་འཇུག་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ལ་གཟུགས་  
 མདོན་སྤྱུལ་དུ་མཐོང་བའི་འཇིག་རྟེན་རང་ག་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཀྱང་  
 གཟུགས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་མདོན་སྤྱུལ་དུ་རྟོགས་པར་ཐལ་བ་སོགས་རིགས་པ་  
 བཞིས་གཞོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག བ་དེན་གཉིས་ངོ་མོ་ཐ་དད་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་  
 ཡང་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ལ་རིགས་པ་བཞིས་གཞོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།

དེ་གཉིས་ངོ་བོ་ཐ་དད་ཡིན་ན། འབྲེལ་མེད་གྱི་ཐ་དད་ཡིན་དགོས། དེ་ཡིན་ན།  
གཟུགས་གྱི་ཆོས་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་ཀྱང་གཟུགས་བདེན་པར་འཇིན་  
པའི་བདེན་འཇིན་སྤྱོད་བ་ལ་པན་པར་མི་འགྱུར་བའི་སྦྱོན་འཇུག་པ་སོགས་  
རིགས་པ་བཞིས་གཞོན་པའི་བྱིར།

ཁ་ཅིག མཐར་ཐུག་དཔྱད་པའི་རིག་ཤེས་ཚད་མའི་རྙིང་དོན། དོན་  
དམ་པའི་མཚན་ཉིད། ཐ་སྙད་དཔྱད་པའི་རིག་ཤེས་ཚད་མའི་རྙིང་དོན། ཀྱན་  
རྫོབ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད་ཟེར་ན། ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པ་ཆོས་ཅན། མཚོན་བྱ་  
དང་པོ་དེར་ཐལ། མཚན་ཉིད་དང་པོ་དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། མཐར་ཐུག་དཔྱད་  
པའི་རྣམ་མཁྲོན་གྱི་རྙིང་དོན་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་མ་ཁྱབ་ཟེར། ཉགས་  
དེར་ཐལ། ཇི་ལྟ་བུ་རྟོགས་པའི་རྣམ་མཁྲོན་གྱི་རྙིང་དོན་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་  
ཐལ། གཞི་གྲུབ་པའི་བྱིར། འདོད་ན་སྤྲོ། །དོན་དམ་བདེན་པ་ཆོས་ཅན།  
མཚོན་བྱ་བྱི་མ་དེར་ཐལ། མཚན་ཉིད་བྱི་མ་དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཐ་སྙད་  
དཔྱད་པའི་རྣམ་མཁྲོན་གྱི་རྙིང་དོན་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཇི་སྙད་པ་  
རྟོགས་པའི་རྣམ་མཁྲོན་གྱི་སྙད་དོན་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། གཞི་གྲུབ་པའི་  
བྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། དེ་ལ་ཁོ་ན་རེ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་མིག་  
ཤེས་གྱི་གཟུང་བྱ་ཡིན་ན། མིག་ཤེས་གྱི་གཟུང་བྱ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། ཇི་  
ལྟ་བུ་རྟོགས་པའི་རྣམ་མཁྲོན་གྱི་རྙིང་དོན་ཡིན་ན། མཐར་ཐུག་དཔྱད་པའི་



རིག་ཤེས་ཀྱི་ཉིད་དོན་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར་ཐེར་ན། མ་ཟུག་འདོད་ན། སྟོང་  
 ཉིད་ཆོས་ཅན། དེ་ཐལ། དེའི་བྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། འདུས་མ་བྱས་ཡིན་  
 པའི་བྱིར། འོན་ཀྱང་མཁས་བྱུང་ལྟར་ན། སྟོན་དེ་གཉིས་ཀ་མི་འདུག་པར་  
 བཞེད་དོ། །ཁ་ཅིག་ རང་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་མངོན་སུམ་ཆད་མས་  
 གཉིས་སྤང་རྒྱུ་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པར་བྱ་བ་གང་ཞིག་ སྐབ་པའི་རྣམ་  
 པར་རྟོགས་བྱ་མ་ཡིན་པ། དོན་དམ་བདེན་པའི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་གཉིས་སྤང་  
 དང་བཅས་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་རིགས་སུ་གནས་པ་ཀྱན་རྫོབ་  
 བདེན་པའི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་གསུངས་པ་ལ། ཁ་ཅིག་ན་རེ། བུམ་པའི་ཆོས་  
 ཉིད་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དང་པོ་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དང་པོ་དེའི་བྱིར།  
 འདོད་ན། བུམ་པའི་ཆོས་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་མངོན་སུམ་ཆོས་  
 ཅན། བྱིད་ཆད་མས་གཉིས་སྤང་རྒྱུ་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པར་བྱ་བ་མ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། བྱིད་ཆད་མ་དང་ཐ་དད་པའི་ཆོས་ཡིན་པའི་བྱིར། གསུངས་  
 པ་ནི་ཆིག་ལ་སོང་བར་སྤང་དོ། རང་རེས་རྣམ་བཤད་ལྟར་ན་དེ་ལྟར་འཛོག་  
 ལ། འོན་ཀྱང་ཅུང་ཟད་མི་འདྲ་བ་ཞིག་ནི་འོག་ཏུ་འཆད་དོ། ཁ་ཅིག་ དོན་དམ་  
 བདེན་པའི་ངོ་བོ་ཡིན་ན། དོན་དམ་བདེན་པ་ཡིན་པས་ཟུག་ ཀྱན་རྫོབ་བདེན་  
 པ་ལ་དེ་ལྟར་ཟུག་ཐེར་ན། དོན་དམ་བདེན་པ་ཐ་སྙད་དུ་གྱུར་པ་ཆོས་ཅན།  
 དོན་དམ་བདེན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། དོན་དམ་བདེན་པའི་ངོ་བོ་ཡིན་པའི་བྱིར།

དེར་ཐལ། རོན་དམ་བདེན་པའི་ཀུན་རྫོབ་པའི་ངོ་བོ་ཡིན་པའི་བྱིར། མ་ཁྲབ་  
ན། ཁྲབ་པར་ཐལ། གཞི་བྱུང་ན་རང་གི་ངོ་བོ་ལ་ཀུན་རྫོབ་པའི་ངོ་བོ་དང་རོན་  
དམ་བདེན་པའི་ངོ་བོ་གཉིས་གཉིས་ཡོད་དགོས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དབྱ་མ་  
འཇུག་པ་ལས། དངོས་ཆེད་ངོ་བོ་གཉིས་ནི་འཇིན་པར་འགྱུར། །ཞེས་  
གསུངས་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ཡིན་པའི་བྱིར།

གཞན་ཡང་། ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་བདེན་པར་མེད་པ་ཆོས་ཅན། ཀུན་  
རྫོབ་བདེན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ཀུན་རྫོབ་བདེན་པའི་ངོ་བོ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་  
ཐལ། དེའི་རོན་དམ་པའི་བདེན་པའི་ངོ་བོ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཏྲགས་སྤྱོད། འདོད་  
མི་རྒྱས་ཏེ། རོན་དམ་བདེན་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ ཡུལ་ཅན་རོན་དམ་  
བདེན་པ་ཡིན་ན། རོན་དམ་བདེན་པ་ཡིན་པས་ཁྲབ་ཟེར་ན། སྟོང་ཉིད་མངོན་  
སུམ་དུ་ཏྲགས་པའི་སྒྲོབ་པ་འཕགས་པའི་མཉམ་གཞག་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན།  
དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་  
ཏེ། ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། འདུས་བྱས་ཡིན་པའི་བྱིར།  
ཁ་ཅིག་ ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་དབྱེ་གཞིར་བྱས་ནས། དེ་ལ་ཡང་དག་དང་། ལོག་  
པ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་ཡིན་ཟེར་ན། འོ་ན། ཡང་དག་ཀུན་རྫོབ་ཡིན་ན། ཡང་  
དག་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། ཤེས་པ་  
ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཤེས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་ན།

བདེན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། རྩུན་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འདུས་བྱས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་སྟེ། ཅ་བ་ཤེས་རབ་  
 ལས། འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་སྐྱབ་པའི་ཆོས། །དེས་ན་དེ་དག་བརྩུན་པ་  
 ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། ལོག་པར་ལྟ་བའི་ཤེས་པ་  
 ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། ཏྲགས་སྐྱའོ། ཁ་ཅིག་རང་སྒྲུང་ཡུལ་དུ་བྱེད་  
 པའི་སློ་ལ་སྒྲུང་བ་སྒྲུང་བ་ལྟར་དུ་དོན་བྱེད་རུས་པའི་ཀྱན་རྫོབ། ཡང་དག་ཀྱན་  
 རྫོབ་ཀྱི་མཆོད་ཉིད། རང་སྒྲུང་ཡུལ་དུ་བྱེད་པའི་སློ་ལ་སྒྲུང་བ་སྒྲུང་བ་ལྟར་དུ་  
 དོན་བྱེད་མི་རུས་པའི་ཀྱན་རྫོབ། ལོག་པའི་ཀྱན་རྫོབ་ཀྱི་མཆོད་ཉིད་ཟེར་ན།  
 གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཆོས་ཅན། མཆོད་ཉིད་དང་པོ་དེར་ཐལ། མཆོད་བྱ་  
 དང་པོ་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རང་སྒྲུང་ཡུལ་དུ་བྱེད་པའི་སློ་ལ་སྒྲུང་བ་སྒྲུང་བ་  
 བྱབ་པའི་ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། དོན་  
 བྱེད་རུས་པའི་ཀྱན་རྫོབ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དོན་བྱེད་  
 རུས་པར་ཐལ་ལོ། །གཞན་ཡང་། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། མཆོད་ཉིད་དང་པོ་དེར་  
 ཐལ། མཆོ་བྱ་དང་པོ་དེའི་ཕྱིར། ཏྲགས་གསལ་སྐྱའོ། །ཕྱི་མ་ལ། དངོས་པོ་  
 བདེན་པར་བྱབ་པ་ཆོས་ཅན། མཆོད་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོད་བྱ་དེའི་ཕྱིར། མ་  
 བྱབ་ན། དངོས་པོ་ཆོས་ཅན། བྱེད་བདེན་པར་བྱབ་པ་ལོག་པའི་ཀྱན་རྫོབ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། བྱེད་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཀྱན་རྫོབ་ཡིན་པར་ཐལ།

འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། གུན་རྫོབ་བདེན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་  
 ཕྱིར། འདོད་ན། ཡོད་པར་ཐལ་ལོ། །ཁ་ཅིག་དངོས་པོར་གྱུར་པའི་གུན་རྫོབ་  
 བདེན་པ། ཡང་དག་གུན་རྫོབ་ཀྱི་མཚན་ཉིད། ཏྲག་པར་གྱུར་པའི་གུན་རྫོབ་  
 བདེན་པ། ལོག་པའི་གུན་རྫོབ་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཟེར་ན། མཚན་ཉིད་དང་པོ་མི་  
 འཐད་པར་ཐལ། ཡང་དག་གུན་རྫོབ་ཡིན་ན། དངོས་པོ་ཡིན་མི་དགོས་པའི་  
 ཕྱིར། ཕྱི་མ་ཡང་མི་འཐད་པར་ཐལ། དངོས་པོར་གྱུར་པའི་ལོག་པའི་གུན་  
 རྫོབ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྒྲིག་རྒྱུ་འཁྱེད་ཀྱི་ལྷན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་  
 ཐལ། རྒྱུ་འཁྱེད་ཡང་དག་གུན་རྫོབ་དང་སྒྲིག་རྒྱུ་འཁྱེད་ལོག་པའི་གུན་རྫོབ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བདེན་གཉིས་རང་འགྲེལ་ལས། རྒྱུ་ལ་སོགས་པ་དང་  
 སྒྲིག་རྒྱུ་ལ་སོགས་པ་ཡང་དག་པ་དང་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པར་རྟོགས་  
 ལོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་གུན་རྫོབ་བདེན་པ་ཆད་མས་ངེས་ན།  
 གུན་རྫོབ་བདེན་པ་གུན་རྫོབ་བདེན་པར་ཆད་མས་ངེས་པས་བྱུང་བེར་ན།  
 ལྟོང་ཉིད་རྟོགས་མ་ལྟོང་བའི་སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར།  
 དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱུ་ལ་གུན་རྫོབ་བདེན་པ་ངེས་པའི་སྒོ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་  
 ཐལ། དེའི་རྒྱུ་ལ་ཡང་དག་གུན་རྫོབ་དང་ལོག་པའི་གུན་རྫོབ་ངེས་པའི་སྒོ་  
 ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེའི་རྒྱུ་ལ་དངོས་པོ་དང་བྱད་བཞིན་གྱི་གཟུགས་བརྟན་  
 ངེས་པའི་སྒོ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འཇུག་པ་ལས། དངོས་པོ་སྟོང་པ་

གཟུགས་བརྟན་ལ་སོགས་པ། །ཆོགས་ལ་སྟོས་ནམས་མ་གྲགས་པར་ཡང་  
 མིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། འདོད་ན། དེས་ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པ་རྩུན་པར་  
 ཉོགས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། དེས་བདེན་མེད་ངེས་སྟོང་བར་  
 ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་ཅིག་བརྩུན་པ་ཡིན་ན། བརྩུན་  
 པས་བྲལ། བདེན་ན་བདེན་པས་བྲལ་བེད་ན། །ཁ་ཅིག་ན་རེ། ལས་འབྲས་ཆོས་  
 ཅན། བརྩུན་པར་ཐལ། བརྩུན་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། འདུས་བྱས་ཡིན་  
 པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། བདེན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། རྒྱ་དགོ་བ་བྱས་པ་  
 ལས་འབྲས་བྱ་བདེ་བ་དང་། རྒྱ་མི་དགོ་བ་བྱས་པ་ལས་འབྲས་བྱ་སྒྲུག་  
 བསྐྲལ་འབྱུང་བ་བདེན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཉེན་འབྲེལ་བསྐྱུ་བ་མེད་པའི་  
 བདེན་པ་དང་། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། དེ་ལ་ཁོ་ན་རེ། འོ་ན་དངོས་པོ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱང་བདེན་པར་ཐལ། དེ་ནམས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་བསྐྱེད་པ་ཡང་བདེན།  
 དེ་ནམས་ཡོད་པར་ཡང་བདེན་པའི་བྱིར་བེད་ན། མ་བྲལ་སྙམ། འདོད་མི་  
 རུས་སོ། །ཁ་ཅིག་དོན་དམ་ལ་གཉིས་སྒྲུབ་ཀྱབ་པའི་ཆོས་ཡིན་ན། གཉིས་  
 སྒྲུབ་ཀྱབ་པའི་ཆོས་ཡིན་པས་བྲལ། རང་ཉིད་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་  
 འཛིན་གྱི་ངོར་གཉིས་སྒྲུབ་དང་བཅས་པའི་ཆོས་ཡིན་ན། གཉིས་སྒྲུབ་དང་  
 བཅས་པའི་ཆོས་ཡིན་པས་བྲལ་བེད་ན། དང་པོ་ལ། རྣམ་མཁྱེན་ཆོས་ཅན།  
 དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཉྩང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་ཉོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་



ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་མཐུན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ།  
གཉིས་སྒྲུང་དང་བཅས་པའི་ཆོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཀུན་རྫོབ་སྒྲུང་  
ཡུལ་དུ་བྱེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱལ་བ་ཡང་སོང་། དེར་ཐལ། རྣམ་  
མཐུན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་ལ། སྟོང་ཉིད་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། རང་ཉིད་བདེན་པར་འཇིན་པའི་བདེན་འཇིན་གྱི་ངོར་བདེན་པར་  
བྱལ་བའི་སྒྲུང་བ་དང་བཅས་པའི་ཆོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རང་ཉིད་  
བདེན་པར་འཇིན་པའི་བདེན་འཇིན་གྱི་ངོ་མོར་བདེན་པར་སྒྲུང་ཡང་དོན་ལ་  
བདེན་པར་མ་བྱལ་བའི་ཆོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གཞི་བྱལ་བའི་ཕྱིར།  
འདོད་མི་རུས་ཏེ། གཉིས་སྒྲུང་རུབ་པའི་ཆོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་  
མཐུན་གྱིས་གཉིས་སྒྲུང་རུབ་པའི་སྒྲོ་ནས་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། དོན་དམ་བདེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག ཇི་ལྟ་བུ་རྟོགས་  
པའི་རྣམ་མཐུན་གྱི་གཟིགས་ངོར་ཇི་སྟེད་པའི་ཆོས་མེད་པས། རྣམ་མཐུན་  
དེས་གཟིགས་ངོ་དེར་ཇི་སྟེད་པ་མ་རྟོགས་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཇི་  
ལྟ་བུ་རྟོགས་པའི་རྣམ་མཐུན་གྱི་གཟིགས་ངོར་ཇི་སྟེད་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་  
ཐལ། དེས་ཇི་སྟེད་པ་གཟིགས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག ཇི་ལྟ་བུ་རྟོགས་པའི་རྣམ་  
མཐུན་གྱིས་ཇི་ལྟ་བུ་གཟིགས་པའི་གཟིགས་ངོར་ཇི་སྟེད་པ་གཟིགས་ཟེར་ན།  
དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེས་ཇི་ལྟ་བུ་གཟིགས་པ་ལྟར་དུ་ཇི་སྟེད་པའི་ཆོས་མ་

གཟིགས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཅ་བར། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་མི་ཤེས་ཕྱིར།  
 ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག རྣམ་མཐུན་གྱིས་རང་ལས་ཐ་དད་པའི་རི་  
 ལྷོད་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་གཉིས་སྒྲུང་དང་བཅས་པའི་སྒྲོ་ནས་ཉོགས། རྣམ་  
 མཐུན་གྱིས་རྣམ་མཐུན་གཉིས་སྒྲུང་རྒྱབ་པའི་སྒྲོ་ནས་ཉོགས་ཟེར།

ཁ་ཅིག རྣམ་མཐུན་གྱིས་རྣམ་མཐུན་གཉིས་སྒྲུང་དང་བཅས་པའི་སྒྲོ་  
 རྣམ་ཉོགས་ཏེ། དེས་དེ་ཀྱན་རྫོབ་ཀྱི་སྒྲུང་བ་དང་བཅས་པའི་སྒྲོ་ནས་ཉོགས་  
 ཟེར། ཁ་ཅིག རྣམ་མཐུན་གྱིས་རྣམ་མཐུན་ལྷགས་ལ་ཉོགས་གསུངས། ཁ་  
 ཅིག སངས་རྒྱས་ལ་ལྷགས་ཉོགས་མི་རུང་གསུངས་པ་རྣམས་འོག་ནས་  
 དཔྱད་པར་བྱའོ།

༥ གཉིས་པ་རང་ལྷགས་ལ། མཆན་ཉིད། དབྱེ་བ། སྒྲ་བཤད་པ། གངས་  
 དེས། འདོད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ། བདེན་གཉིས་གཟིགས་ཚུལ་གྱི་བྲག་ཏུ་བཤད་  
 པའོ། །དང་པོ་ནི། རང་ཉིད་རྟོད་པའི་ཆད་མ་རང་ལ་མཐར་ཐུག་དཔྱོད་བྱེད་  
 ཀྱི་ཆད་མར་སོང་བའི་སྒྲོ་ནས་བཞག་པས་རབ་ཏུ་སྤྱེ་བ་དེ། རོན་དམ་པའི་  
 མཆན་ཉིད། རང་ཉིད་རྟོད་པའི་ཆད་མ་རང་ལ་ཐ་སྙད་དཔྱོད་བྱེད་ཀྱི་ཆད་  
 མར་སོང་བའི་སྒྲོ་ནས་བཞག་པས་རབ་ཏུ་སྤྱེ་བ་དེ། ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པའི་  
 མཆན་ཉིད། རོན་དམ་བདེན་པ་ལ། རོ་བོའི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་ན། ལྷོད་ཉིད་བཙུ་  
 ཐུག་བཙོ་བརྒྱད། ཉི་ལྷ་རྣམས་སྤྲོ་ཡོད། སྒྲས་བརྗོད་རིགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་

ན། ཡུལ་དོན་དམ་བདེན་པ་དང་། ཡུལ་ཅན་དོན་དམ་བདེན་པ་གཉིས། དང་  
པོ་དང་། སྟོང་ཉིད། ཆོས་ཉིད། དེ་བཞིན་ཉིད། ཆོས་དབྱིངས། ཡང་དག་མཐའ་  
རྣམས་དོན་གཅིག་ སྤྱི་མ་ལ་རྣམ་གྲངས་དང་རྣམ་གྲངས་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་  
ཅན་དོན་དམ་གཉིས་ཡོད། གྲུན་རྫོབ་བདེན་པ་ལ། ཡང་དག་གྲུན་རྫོབ་དང་།  
ལོག་པའི་གྲུན་རྫོབ་གཉིས་ཡོད། རང་ཉིད་གཙོ་བོར་སྒྲུང་ཡུལ་དུ་བྱེད་པའི་སྟོ་  
ལ་སྒྲུང་བ་དེ་སྒྲུང་བ་ལྟར་དུ་བྱུབ་པའི་གྲུན་རྫོབ། ཡང་དག་གྲུན་རྫོབ་ཀྱི་མཆན་  
ཉིད། རང་ཉིད་གཙོ་བོར་སྒྲུང་ཡུལ་དུ་བྱེད་པའི་སྟོ་ལ་སྒྲུང་བ་དེ་སྒྲུང་བ་ལྟར་དུ་  
མ་བྱུབ་པ། ལོག་པའི་གྲུན་རྫོབ་ཀྱི་མཆན་ཉིད། དང་པོ་ནི། གང་ཟག་གི་བདག་  
མེད། ཞེས་བྲ། དངོས་པོ། བྱམ་པ། ཁ་དོག་ ཞེས་པ་རྣམས་སོ། སྤྱི་མ་ནི།  
སྒྲིག་རྒྱུ་རི་མུ། བྱད་བཞིན་ཀྱི་གཟུགས་བརྟན་ལྟ་བུ་དང་། ཡང་སྤྱུ་གུ་བདེན་  
བྱུབ་དང་། དེ་གང་ཟག་གི་བདག་ཏུ་བྱུབ་པ་དང་། དེ་རང་རྒྱ་བྱུབ་པའི་རྟག་  
པར་བྱུབ་པ་ལྟ་བུ་འང་ལོག་པའི་གྲུན་རྫོབ་ཡིན། སྤྱུ་གུ་བདེན་སྟོང་དེ་ལ། དོན་  
དམ་པ་ཞེས་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཆན་ཡོད་དེ། དེ་སྟོ་དོན་དམ་པ་སྟོང་ཉིད་མངོན་  
སྤྱུ་དུ་རྟོགས་པའི་མཉམ་གཞག་ཡེ་ཞེས་ཀྱི་གཟེགས་དོར་སྒྲུང་ཚུལ་དང་  
གནས་ཚུལ་མཐུན་པར་བདེན་པས་ན། དོན་དམ་བདེན་པ་ཞེས་བརྗོད་པའི་  
སྤྱི་ད། སྤྱུ་གུ་ལ་གྲུན་རྫོབ་བདེན་པ་ཞེས་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཆན་ཡོད་དེ། སྟོ་  
གྲུན་རྫོབ་པ་རང་ཉིད་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་ཀྱི་ངོ་བོར་བདེན་

པར་གྲུབ་པར་སྒྲུབ་ཡང་དོན་ལ་བདེན་པར་མ་གྲུབ་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་དེ་  
 ལྟར་བཟོད་པའི་བྱིར། ཤེས་བྱ་ལ་བདེན་པ་གཉིས་སུ་གངས་ངེས་པ་ཡིན་ཏེ།  
 མདོ་ལས། །གང་ཞིག་ཀྱན་རྫོབ་དེ་བཞིན་དོན་དམ་སྟེ། །བདེན་པ་གསུམ་པ་  
 འགའ་ཡང་མ་མཆིས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པས། དེ་གཉིས་གང་རུང་མ་ཡིན་  
 པའི་ཆོས་མེད་པའི་བྱིར་ཏེ། དབྱུ་མ་སྒྲུབ་བ་ལས། གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པའི་  
 རྩོགས་སུ་གཏོགས་པ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར།  
 བདེན་གཉིས་འཛིག་ཚུལ་ལ་མི་འདྲ་བའི་བྱུང་པར་ཡོད་དེ། དབྱུ་མ་ཐལ་  
 འགྱུར་བས་ནི། ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པ་དོན་དམ་པར་བཞེད་ལ།  
 ཀྱན་རྫོབ་ལ་ཡང་ལོག་གི་དབྱེ་བ་མི་མཛད་ཅིང་། འཛིག་ཏེན་ཤེས་ངོ་ལ་སྟོས་  
 ནས་ཡང་ལོག་གི་ཐ་སྙད་བྱེད། སེམས་ཅམ་པ་ནི་རང་རྒྱུད་པ་དང་འདྲ་ཅམ་  
 ཡིན་ལ། འོན་ཀྱང་དོན་དམ་བདེན་པ་བདེན་གྲུབ་ཏུ་འདོད་པས་མི་འདྲ་བ་  
 ཡོད་དོ། མདོ་སྡེ་པས་ནི། དོན་བྱེད་རྒྱས་པའི་དངོས་པོ་ལ་དོན་དམ་བདེན་པ་  
 དང་། དོན་བྱེད་མི་རྒྱས་པའི་དངོས་མེད་ཀྱི་ཆོས་ལ་ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པར་  
 འདོད་དེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། དོན་དམ་དོན་བྱེད་རྒྱས་པ་གང་། །ཞེས་སོགས་  
 གསུངས་པའི་བྱིར། བྱེ་བྲག་སྒྲུབ་པས། བཅོམ་ཞིག་གང་རུང་གིས་རང་འཛིན་  
 ཀྱི་སྟོ་དོན་མ་ཐུན་འདོར་རུང་མི་རུང་གི་བྱུང་པར་གྱི་གཟུགས་ལྟ་བུ་དོན་  
 དམ་དང་། བྱམ་པ་དང་བྱམ་ནང་གི་རྩ་ལྟ་བུ་ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་འདོད་དེ། མཛོད་

ལས། །གང་ལ་བཅོམ་དང་སྒོ་ཡིས་གཞན། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པའི་བྱིར།  
 དེ་ལས་དབྱ་སེམས་རྣམ་གཉིས་བདེན་པ་སོ་སོའི་མཆོན་ཉིད་འདྲ་བ་ཡིན་ལ།  
 མཆོན་གཞི་ལ་དབྱ་མ་པ་གཉིས་དང་སེམས་ཅམ་པ་མི་འདྲ་བའི་བྱུང་པར་  
 ཡོད་པར་ཤེས་དགོས་ཤིང་། མི་འདྲ་བ་དེ་དག་གྲང་འཇིག་རྟེན་རང་ག་བའི་  
 འདོད་པ་མི་འདྲ་བ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པར་རང་རང་གི་བྱུང་ཆོས་ཟབ་པ་རེ་ཡོད་  
 པར་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱའོ།

བདེན་གཉིས་གཟིགས་ཚུལ་གྱི་བྲག་རྩ་བ་ཤད་པ་ལ། སྤྱིར་བསྟན་པ་  
 དང་། བཞེད་པ་མི་འདྲ་བའི་ཚུལ་བཞོད་པའོ། དང་པོ་ནི། རྣམ་མཁྱེན་གྱིས་  
 བདེན་གཉིས་ཇི་ལྟར་གཟིགས་པའི་ཚུལ་ཡོད་དེ། དོན་དམ་བདེན་པ་ཐམས་  
 ཅད་གཉིས་སྒྲང་རྒྱབ་པའི་སྒྲོ་ནས་མངོན་སུམ་དུ་གཟིགས། གྱུན་རྒྱུ་བའི་  
 ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་གཉིས་སྒྲང་དང་བཅས་པའི་སྒྲོ་ནས་མངོན་སུམ་དུ་  
 གཟིགས་པའི་བྱིར། དེས་བདེན་གཉིས་གཅིག་རྩ་མ་གཟིགས་གྲང་། རོ་བོ་  
 གཅིག་རྩ་གཟིགས་པ་ཡིན་ཏེ། བུམ་པ་དང་བུམ་པ་བདེན་སྟོང་གཉིས་ལྟ་བུ་  
 རོ་བོ་གཅིག་ལ་སྒྲོག་པ་ཐ་དད་ཅམ་དུ་གཟིགས་པའི་བྱིར། དེ་ལྟར་གཟིགས་  
 པ་ཡིན་ཏེ། བུམ་པ་བདེན་སྟོང་དུ་བྱུབ་པ་དེ། བུམ་པའི་སྟེང་ནས་འཛོག་  
 དགོས་པ་དང་། བུམ་པ་དེ་ཉིད་བདེན་པར་མ་བྱུབ་པའི་རོ་བོར་འཛོག་པ་ཡིན་  
 པས། དེ་གཉིས་གཞི་གཅིག་གི་སྟེང་དུ་འདུ་བའི་ཚུལ་གྱིས་གཟིགས་པའི་



ཕྱིར། ལྷོག་པ་ཐ་དད་ཡིན་པས་ཐ་དད་ཀྱི་གོ་ཚད་དེ། ཐ་དད་ལ་ངོ་བོ་ཐ་དད་  
 དང་། ལྷོག་པ་ཐ་དད་གཉིས་སུ་བྱེ་བའི་ངོ་བོ་ཐ་དད་ནི་མཚན་ཉིད་མི་མ་བུ་  
 པ་སྡེ་སེར་ལྟ་བུ་དང་། ཕྱི་མ་ནི་བདེན་གཉིས་ལྟ་བུ་དང་། བྱས་མི་ཉག་ལྟ་བུ།  
 བདེན་གཉིས་གཅིག་ཏུ་མི་རུང་སྟེ། དེ་གཉིས་ཐ་དད་གཏན་མེད་ཀྱི་གཅིག་  
 ཡིན་པ་དང་། འབྲེལ་མེད་ཀྱི་ཐ་དད་གཉིས་ལ་མདོ་སྡེ་དགོངས་འབྲེལ་ནས་  
 གསུངས་པའི་རིགས་པ་བཞིས་གཞོད་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་གཞོད་བྱེད་དེ་  
 གཉིས་གཅིག་ཡིན་པ་ལ། སོ་སྐྱེས་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པར་ཐལ་  
 བ་དང་། སྟོང་ཉིད་སྒྲིམ་པས་ཉོན་མོངས་སྟོང་མི་རྒྱས་པར་ཐལ་བ་དང་། སྟོང་  
 ཉིད་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་དུ་འབད་མི་དགོས་པར་ཐལ་བ་དང་། ཀྱན་རྫོབ་ལ་  
 རིགས་སྣ་ཚོགས་པའི་དབྱེ་བ་མེད་པར་ཐལ་བའི་རིགས་པ་བཞིས་གཞོད་ལ།  
 དེ་གཉིས་འབྲེལ་མེད་ཀྱི་ཐ་དད་ལ། དོན་དམ་རྟོགས་པས་བདེན་འཛིན་སྟོང་  
 མི་རྒྱས་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཀྱན་རྫོབ་པའི་སྟོང་ལུགས་མེད་པར་འགྱུར་བ་  
 དང་། བདེན་གྲུབ་བཀག་ཅོམ་གནས་ལུགས་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་བ་དང་།  
 སངས་རྒྱས་ལའང་ཉོན་མོངས་ཡོད་པར་འགྱུར་བའི་རིགས་པ་བཞིས་གཞོད་  
 པའི་གཞོད་ཚུལ་རྒྱས་པར་གཞན་དུ་ཤེས་པར་བྱ་དགོས་པའི་ཕྱིར། བདེན་  
 གཉིས་གཟིགས་ཚུལ་ལ་བཞེད་པ་མི་འདྲ་བའི་བྱད་པར་ཡོད་དེ། སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་རི་སྟོང་པ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་མེད་པར་འདོད་པ་སོགས་མི་

འདྲ་བ་ཡོད་ཀྱང་། རྗེ་སྤྲུལ་སྤྲུལ། མི་སྣ་ཡང་རྟོགས་པའི་ཤུགས་རྟོགས་སངས་  
རྒྱས་ལ་བཞག་ཏུ་མི་རུང་བའི་ཕྱིར། སྣང་ནས་མཐུན་དགོས་པས། རི་སྟོང་  
པ་མཐུན་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་དེའི་ངོ་བོར་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་གཉིས་སུ་སྣང་བའི་  
ཚུལ་གྱིས་མཐུན་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལ། རྒྱལ་ཆ་བ་རིན་པོ་ཆེས་ནི།  
རྣམ་མཐུན་གྱིས་རི་ལྟ་བའི་ཆོས་རྣམས་གཉིས་སྣང་རྒྱབ་པའི་སྟོན་སྲས་  
གཟེགས། རང་ལས་ཐ་དད་པའི་ཀུན་རྫོབ་པའི་ཆོས་རྣམས་གཉིས་སྣང་དང་  
བཅས་པའི་སྟོན་སྲས་གཟེགས་ཀྱང་། རྣམ་མཐུན་གྱིས་རྣམ་མཐུན་གཉིས་སྣང་  
བཅས་རྒྱབ་གང་རུང་གི་སྟོན་སྲས་མ་གཟེགས་ཤིང་། རང་ཉིད་རང་ཉིད་ལ་མི་  
སྣང་ལ། དེས་དེ་ཤུགས་ལ་རྟོགས་པ་ལྟ་བུར་བཞེད་དོ། རྗེའི་ལྷུང་དང་མི་  
འགལ་ཏེ། དེ་ནི་སངས་རྒྱས་ལ་སེམས་ཅན་ལྟར་ཤུགས་རྟོགས་མེད་པའི་  
དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་གསུངས་པ་འདྲའོ། །མཁས་གྲུབ་རིན་པོ་ཆེས་ནི།  
རྣམ་མཐུན་གྱིས་རང་ཉིད་གཉིས་སྣང་རྒྱབ་པའི་སྟོན་སྲས་གཟེགས་ཀྱང་། དེ་  
ལྟར་ནའང་དོན་དམ་བདེན་པ་ཡིན་མི་དགོས་ཏེ། རྣམ་མཐུན་གྱིས་རང་ཉིད་  
རང་ཉིད་དང་ཐ་དད་པའི་གཉིས་སྣང་རྒྱབ་པའི་སྟོན་སྲས་གཟེགས་པས། རང་  
ཉིད་དང་གཅིག་ཏུ་གཟེགས་ལ། དེའི་ཕྱིར་དོན་དམ་བདེན་པ་མ་ཡིན་པར་  
གཟེགས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་བཞེད་པ་འདྲ་ཡང་། དེ་དག་ནི་རྟོགས་དཀའ་བའི་  
དོན་དེ་གཞན་ལ་ཞིབ་ཏུ་དཔྱད་དགོས་པར་བསྟན་པའི་དོན་དུའོ། །རང་རེས་

ནི། དེས་དོན་དམ་པའི་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་གཉིས་སྒྲུབ་ཀྱི་པའི་སྒྲོན་སྒྲུབ་  
གཟིགས་པ་དང་། གྲུབ་རྒྱུ་པའི་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་གཉིས་སྒྲུབ་དང་བཅས་  
པའི་སྒྲོན་སྒྲུབ་གཟིགས་པ་ཡིན་ཏེ། འདྲུག་འབྲེལ་ལས། དངོས་སོ་བྱས་པ་ཅན་  
ལ་མ་རེག་པར་རང་བཞིན་འབྲེལ་ཞིག་མངོན་དུ་མཛད་པས། ཞེས་པ་དང་།  
མདོ་ལས། མ་མཐོང་བ་ནི་མཐོང་བ་དམ་པའོ། །ཞེས་རྣམ་མཐུན་གྱིས་དོན་  
དམ་གཟིགས་པའི་གཟིགས་དོར་གཉིས་སྒྲུབ་ཀྱི་པ་དང་། མདོ་ལས།  
གཟུགས་ནི་གཉིས་སྒྲུབ་བའོ། །ཞེས་སོགས་དང་། རྗེ་ལྷ་མས། དུམ་པ་དང་  
དུམ་པ་ཅན་གཉིས་སྒྲུབ་པའི་ཚུལ་གྱི་མཐུན་པའོ། །ཞེས་པས་རྣམ་མཐུན་གྱིས་  
གྲུབ་རྒྱུ་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་གཉིས་སྒྲུབ་དང་བཅས་པའི་སྒྲོན་སྒྲུབ་མངོན་  
སྤྱོད་དུ་གཟིགས་པར་བཤའ་པའི་བྱིན། གཉིས་སྒྲུབ་བཅས་ཀྱི་དོན་ཡང་།

ཁ་ཅིག་སོ་སོར་ཐ་དད་དུ་སྒྲུབ་མི་སྒྲུབ་དང་། ལ་ལ་བདེན་གྲུབ་ཀྱི་སྒྲུབ་  
བ་འགག་མ་འགག་དང་། ཁ་ཅིག་གྲུབ་རྒྱུ་པའི་སྒྲུབ་བ་དང་བཅས་མ་བཅས་  
ལ་བྱེད་པ་སོགས་ཡོད་ཀྱང་། འདིར་མཁས་གྲུབ་ཀྱི་བཞེད་པ་ལྟར་བྱི་མ་ཡིན་  
ལ། དེ་ལྟར་ནའང་། རྣམ་མཐུན་གྱིས་དོན་དམ་གཟིགས་པའི་ཆེ་གྲུབ་རྒྱུ་  
པའི་ཆོས་མ་གཟིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེས་བདེན་གཉིས་དུས་ཅིག་ཅར་དུ་  
གཟིགས་པའི་བྱིན། རྒྱས་པར་ནི་གཞན་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་ཅོད་པ་སྤྱོད་པ་ལ། ཁ་ཅིག་ཤེས་བྱ་བདེན་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་

གཞི་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རོན་དམ་བདེན་པ་ཤེས་བྱ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་  
ཐལ། མདོ་ལས། རོན་དམ་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་བརྗོད་དུ་མེད་པ་ཤེས་པར་བྱ་  
བ་མ་ཡིན་པ་ཞེས་པ་དང་། སྤྱོད་འཇུག་ལས། རོན་དམ་སྒྲོ་ཡི་སྤྱོད་ཡུལ་  
མིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། དེ་ནི་རོན་དམ་དེ། ཀྱན་  
རྫོབ་ལྟར་གཉིས་སྒྲུང་དང་བཅས་པའི་སྒྲོ་ནས་མ་གཟིགས་པར་གཉིས་སྒྲུང་  
རྒྱབ་པའི་སྒྲོ་ནས་གཟིགས་པའི་རོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། བདེན་  
གཉིས་གཅིག་ཡིན་པར་ཐལ། བྱང་ཆུབ་སེམས་འགྲེལ་ལས། །ཀྱན་རྫོབ་ལས་  
ནི་ཐ་དད་པར། །དེ་ཉིད་དམིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །ཀྱན་རྫོབ་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་  
བཤད། །སྟོང་ཉིད་ཁོ་ན་ཀྱན་རྫོབ་སྟེ། །ཞེས་སོགས་དང་། གཟུགས་སྟོང་པའོ་  
ཞེས་སོགས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། དེ་གཉིས་ངོ་བོ་གཅིག་  
ཡིན་ཞེས་པའི་རོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ རིགས་པས་དབྱུད་བཅོད་པའི་  
ཆོས་ཡོད་པར་ཐལ། རིགས་པས་དབྱུད་པའི་ཆེ་ཆེད་རོན་གྲུབ་པའི་ཆོས་  
ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐ་སྙད་དཔྱད་བྱེད་ཀྱི་རིགས་པས་བཏགས་རོན་  
བཅའ་པའི་ཆེ་ཆེད་པའི་ཆོས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། མཐར་ཐུག་དཔྱད་  
པའི་རིགས་པས་དབྱུད་བཅོད་པའི་ཆོས་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར།  
ཟེར་ན། ཁ་ཅིག་མ་ཁྲབ་ཟེར། འདོད་ན། མི་འཐད་པར་ཐལ། རོན་དམ་བདེན་  
པ་མཐར་ཐུག་དཔྱད་བྱེད་ཀྱི་རིག་ཤེས་ཀྱི་དབྱུད་བཅོད་དུ་གྲུབ་མ་གྲུབ་

དབྱུང་པའི་ཆེ་དབྱུང་མི་བཟོད་པའི་བྱིར་བེར་ན། མ་བྲུབ། ཉགས་དེར་ཐལ།  
 བདེན་པར་མ་གྲུབ་པའི་བྱིར་བེར་ན། མཐར་ཐུག་དཔྱེད་པའི་རིགས་པས་  
 དབྱུང་བཟོད་པའི་ཆོས་ཡོད་པར་ཐལ། མཐར་ཐུག་དཔྱེད་པའི་རྣམ་མཁུན་  
 གྱིས་དབྱུང་བཟོད་པའི་ཆོས་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། རང་གི་མཆོན་ཉིད་  
 གྱིས་གྲུབ་པའི་ཆོས་ཡོད་པའི་བྱིར། འོན་ཀྱང་ཐལ་འགྱུར་བས་དེ་ལྟར་མི་  
 བཞེད་དོ། །ཁ་ཅིག མཐར་ཐུག་དཔྱེད་པའི་རིག་ཤེས་ཆད་མའི་རྙེད་དོན་  
 ཡིན་ན། དོན་དམ་བདེན་པ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། མཐར་ཐུག་དཔྱེད་པའི་  
 རིག་ཤེས་ཆད་མའི་རྙེད་དོན་མཐར་ཐུག་ཡིན་ན། དོན་དམ་བདེན་པ་ཡིན་  
 དགོས་པའི་བྱིར་བེར་ན། མ་བྲུབ། ཉགས་དེར་ཐལ། རྣམ་དག་ལམ་གྱི་  
 དམིགས་པ་མཐར་ཐུག་ཡིན་ན། དོན་དམ་བདེན་པ་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར།  
 དེར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། ཡོངས་གྲུབ་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར། འདོད་ན། ཁ་ཅིག་  
 དེ་མི་དགོས་པར་ཐལ། མཐར་ཐུག་དཔྱེད་པའི་རིག་ཤེས་ཆད་མའི་རྙེད་དོན་  
 ཡིན་ན། ཡོད་མི་དགོས་པའི་བྱིར། མ་གྲུབ་ན། གང་ཟག་གི་བདག་ཆོས་ཅན།  
 དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། མ་གྲུབ་ན་དེ་ཆོས་ཅན། མཐར་ཐུག་དཔྱེད་པའི་རིག་  
 ཤེས་ཆད་མའི་རྙེད་དོན་ཡིན་པར་ཐལ། མཐར་ཐུག་དཔྱེད་པའི་རིག་ཤེས་  
 ཆད་མ་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། མཐར་ཐུག་དཔྱེད་པའི་རིག་ཤེས་ཡོད་  
 པའི་བྱིར་བེར་བ་ནི། ཆོག་ལ་འབྲེལ་པའོ། རང་རེས། མཐར་ཐུག་དཔྱེད་པའི་



རིག་ཤེས་ཚད་མའི་རྒྱུ་དོན་ཡིན་ན། ཡོད་དགོས་ཀྱང་དོན་དམ་ཡིན་དགོས་  
 མི་དགོས་ཀྱི་ལུགས་གཉིས་སུ་བྱས་ཀྱག་ཆོག་གོ ཁ་ཅིག ཇི་ལྟ་བུ་རྟོགས་  
 པའི་རྣམ་མཁྱེན་ཆོས་ཅན། དོན་དམ་བདེན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། རང་ཉིད་རྒྱུ་  
 པའི་ཚད་མ་རང་ལ་མཐར་ཐུག་དཔྱེད་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མར་སོང་བའི་སྒོ་ནས་  
 བཞག་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། རང་ཉིད་རྒྱུ་པའི་ཚད་མ་གཉིས་སྒྲུང་  
 རྒྱུ་པའི་སྒོ་ནས་བཞག་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། རང་ཉིད་རྟོགས་པའི་  
 རང་རིག་རང་ལ་གཉིས་སྒྲུང་རྒྱུ་པའི་སྒོ་ནས་འཛོག་པའི་བྱིར་བེར་ན། མ་  
 བྱིས། རྟོགས་དེར་ཐལ། རང་ཉིད་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བའི་རང་རིག་མངོན་སུམ་  
 གྱིས་རང་ཉིད་གཉིས་སྒྲུང་རྒྱུ་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ།  
 ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་སོ། །ཁ་ཅིག ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པ་རྒྱུ་  
 པའི་ཚད་མ་དེ་ཐ་སྙད་དཔྱེད་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཀྱན་རྫོབ་  
 བདེན་པ་ལ་ཐ་སྙད་དཔྱེད་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མར་སོང་བའི་བྱིར། འདོད་ན། དེ་དང་  
 མཐར་ཐུག་དཔྱེད་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མའི་གཞི་མ་ཐུན་མེད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་  
 བྱིར་བེར་ན། མ་བྱིས། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། རྣམ་མཁྱེན་དེ་དེ་གཉིས་ཀ་ཡིན་  
 པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག ཐུམ་པ་བདེན་སྟོང་ཆོས་ཅན། ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། རང་ཉིད་རྒྱུ་པའི་ཚད་མ་རང་ལ་ཐ་སྙད་དཔྱེད་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མར་  
 སོང་བའི་བྱིར། དེར་ཐལ། རང་ཉིད་རྒྱུ་པའི་ཐ་སྙད་དཔྱེད་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མ་

ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན་མ་ཁྲབ། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། དེ་འདྲ་བའི་ཐ་སྙད་  
དཔྱོད་བྱེད་རྣམ་མཁུན་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ དོན་དམ་བདེན་པར་གྲུབ་པའི་ཆོས་མེད་པར་ཐལ། གཞི་གྲུབ་  
ན་ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པར་གྲུབ་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གཞི་གྲུབ་ན་ཀྱན་  
རྫོབ་ཏུ་གྲུབ་དགོས་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པ་ཞེས་  
པའི་ཆོག་ཟུར་གྱི་ཀྱན་རྫོབ་ཅེས་པ་བདེན་འཛིན་ལ་བྱེད། ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་གྲུབ་  
ཅེས་པའི་ཆོག་ཟུར་གྱི་ཀྱན་རྫོབ་ཅེས་པ་ཐ་སྙད་ཏུ་ཡོད་པའི་དོན་ལ་བྱེད་  
པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པ་ཞེས་པའི་དོན་སྟོ་ཀྱན་རྫོབ་པ་བདེན་  
འཛིན་གྱི་ངོར་བདེན་པས་ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པ་དང་། ཐ་སྙད་ཏུ་གྲུབ་ཅིང་དོན་  
དམ་པར་མ་གྲུབ་པར་ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་གྲུབ་པར་འཛོག་པའི་ཕྱིར། འདོད། བཀག་  
ཟེན།

ཁ་ཅིག་ དོན་དམ་པར་གྲུབ་པའི་ཆོས་ཡོད་པར་ཐལ། དོན་དམ་བདེན་  
པར་གྲུབ་པའི་ཆོས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། འོ་ན། བདེན་པར་གྲུབ་  
པའི་ཆོས་ཡོད་པར་ཐལ། བདེན་པ་ཡིན་པར་གྲུབ་པའི་ཆོས་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
ཁྲབ་པ་ཁས། དེར་ཐལ། བདེན་པ་ཡིན་པའི་ཆོས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་  
ཡུལ་ཅན་དོན་དམ་ཡིན་ན། དོན་དམ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། ཡུལ་དོན་དམ་  
ཡིན་ན། དོན་དམ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། ཁ་ཅིག་འདོད་

གསུངས་ན། མི་འཐད་པར་ཐལ། རོན་དམ་ཡིན་སྟང་ཉིད་ཡིན་དགོས། ཡུལ་  
ཅན་རོན་དམ་ཡིན་ན་ཤེས་པ་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར།

ཁ་ཅིག་རོན་དམ་ཡིན་ན། སྟང་ཉིད་ཡིན་མི་དགོས་པར་ཐལ། སྟང་ཉིད་  
མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སྟོབ་པའི་མཉམ་གཞག་ཡེ་ཤེས་དེ་རོན་དམ་ཡིན་  
པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་རྣམ་གྲངས་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ཅན་རོན་དམ་ཡིན་པའི་  
བྱིར་ཟེར་ན་མ་བྱལ། རྟགས་དེར་ཐལ། དེ་རྣམ་གྲངས་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ཅན་  
རོན་དམ་དངོས་དང་སྟང་ཉིད་རྟོགས་པའི་རིག་ཤེས་རྗེས་དཔག་དེ་ཡུལ་ཅན་  
རོན་དམ་རྗེས་མཐུན་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དབྱས་མཐའ་ལས། རོན་  
དམ་དེ་དང་རྗེས་མཐུན་བྱིར། །རོན་དམ་ཡིན་པར་ཁོ་བོས་འདོད། །ཅེས་  
གསུངས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ གུན་རྫོབ་ལ་ཡང་དག་གུན་རྫོབ་མེད་པར་ཐལ།  
རང་སྒྲུང་ཡུལ་དུ་བྱེད་པའི་སྟོ་ལ་སྒྲུང་བ་སྒྲུང་བ་ལྟར་དུ་བྱལ་པའི་གུན་རྫོབ་  
མེད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། བུམ་པ་ལྟ་བུ་རང་ཉིད་སྒྲུང་ཡུལ་དུ་བྱེད་པའི་དབང་  
ཤེས་ལ་བྱི་རོལ་རོན་དུ་སྒྲུང་ཡང་དེར་མ་བྱལ། རང་ཉིད་བདེན་པར་འཛིན་  
པའི་རྟོག་པ་ལ་བདེན་བྱལ་དུ་སྒྲུང་ཡང་དེར་མ་བྱལ་པའི་བྱིར་ཟེར་ན། མ་བྱལ།  
ཁ་ཅིག་ གུན་རྫོབ་ལ་ཡང་དག་དང་ལོག་པ་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་འཐད་པ་དང་  
ཡང་དག་གུན་རྫོབ་ཡིན་ན། རོན་བྱེད་རྒྱས་པ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། བདེན་  
གཉིས་ལས། སྒྲུང་དུ་འདྲ་ཡང་རོན་བྱེད་དག ། རྒྱས་པའི་བྱིར་དང་མི་རྒྱས་

ཕྱིར། །ཡང་དག་ཡང་དག་མ་ཡིན་པ། །ཀྱན་རྫོབ་ཀྱི་ནི་དབྱེ་བ་བྱས། །ཞེས་  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། དེ་ནི་མཆོན་འཛིན་ངོས་བཟུང་བ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ ཞེས་བྱ་ལ་བདེན་པ་གཉིས་སུ་གངས་མ་ངེས་པར་  
 ཐལ། བདེན་གཉིས་གང་རུང་མ་ཡིན་པའི་སྤང་གསུམ་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་  
 ཐལ། བདེན་པ་གསུམ་པ་ཞིག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བདེན་པ་བཞི་ཡོད་  
 པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། ཁ་ཅིག་ སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་  
 སྟོབ་པའི་ཡེ་ཞེས་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་གཞལ་བྱར་བྱུར་པའི་ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པ་  
 ཡོད་པར་ཐལ། དེའི་གཞལ་བྱར་བྱུར་པའི་ཀྱན་རྫོབ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་  
 ཐལ། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཀྱི་གཞལ་བྱར་བྱུར་པའི་ཀྱན་  
 རྫོབ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་ཡུལ་དུ་བྱུར་པའི་ཀྱན་རྫོབ་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་དམིགས་ཡུལ་དུ་བྱུར་པའི་ཀྱན་རྫོབ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
 རང་ངེས་འདྲིའི་མ་ཁྲབ། ཁ་ཅིག་ཁྲབ་པར་འདོད་དོ། རྟགས་དེར་ཐལ། ཆོས་  
 ཐམས་ཅད་དེའི་དམིགས་ཡུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་དམིགས་པ་  
 ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་ནས་རྣམ་པ་བདེན་མེད་དུ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར།  
 འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེའི་དངོས་ཀྱི་གཞལ་བྱ་ཡིན་ན། སྟོང་ཉིད་ཡིན་དགོས་  
 པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་སྟོང་ཉིད་ལས་གཞན་པའི་ཆོས་མངོན་སུམ་དུ་མ་  
 རྟོགས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ རྣམ་མཁྲེན་གྱིས་ངེ་སྟེད་པ་མ་གཟིགས་པར་ངེ་སྟེ་

བ་གཟིགས་པར་ཐལ། དེས་ངེ་སྟོང་བ་མ་གཟིགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་ངེ་ལྟ་བ་  
གཟིགས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན་མ་ཁྲབ། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། དེས་ཀྱན་རྫོབ་  
པའི་གཉིས་སྒྲང་གི་སྟོས་བ་དང་བྲལ་བའི་ཚུལ་གྱིས་ངེ་ལྟ་བ་གཟིགས་པའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། འཇུག་འགྲེལ་ལས། དངོས་པོ་བྱས་བ་ཅན་ལ་མ་རེག་པར།  
ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། རྣམ་  
མཁྱེན་གྱིས་བདེན་གཉིས་དུས་ཅིག་ཅར་དུ་གཟིགས་པའི་ཕྱིར། ཁོ་ན་རེ།  
རྣམ་མཁྱེན་གྱིས་དུས་གསུམ་ཅིག་ཅར་དུ་གཟིགས་པར་ཐལ། དེས་བདེན་  
གཉིས་ཅིག་ཅར་དུ་གཟིགས་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དུས་གསུམ་ཅིག་ཅར་དུ་  
གྲུབ་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། དེ་མཁྱེན་པའི་དུས་  
དང་། དེ་གྲུབ་པའི་དུས་ཞེས་པའི་དུས་ཀྱི་མིང་འདྲ་ཡང་དོན་མི་འདྲ་བའི་ཕྱིར།  
འདོད་མི་རུས་ཏེ། སྟོན་དང་སྤྱི་མའི་དུས་ཅིག་ཅར་དུ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཁ་  
ཅིག་གཉིས་སྒྲང་དང་བཅས་རྒྱབ་ཀྱི་དོན་ཀྱན་རྫོབ་ཀྱི་སྒྲང་བ་དང་བཅས་མ་  
བཅས་ཀྱི་དོན་ལ་མི་བྱེད་པར་ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་གྱིས་དོན་དམ་གཟིགས་པའི་  
ཆེ་ཀྱན་རྫོབ་ཀྱི་སྒྲང་བ་མ་རྒྱབ་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། སྟོང་ཉིད་མངོན་  
སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སྟོབ་བའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་གཟིགས་དོར་ཀྱན་རྫོབ་ཀྱི་སྒྲང་བ་  
རྒྱབ་པས། རྣམ་མཁྱེན་དེ་དེ་འདྲ་བའི་རིགས་སུ་གནས་བ་དང་། སྟོབ་ལམ་དུ་  
བདེན་སྒྲང་གི་ངི་མས་ཀྱན་རྫོབ་རྣམས་ཡུལ་ཡུལ་ཅན་གཉིས་འགྲེལ་མེད་



རྒྱུང་ཆད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་སྒྲུང་བ་དེ་འབྱུང་ལ། རྣམ་མཁུན་ལ་དེ་ལྟར་མི་འབྱུང་  
 ཞིང་། བདེན་སྟོང་སྐྱེ་མ་ལྟ་བུར་གཟིགས་པའི་ཕྱིར། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། བདེན་  
 གཉིས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་གཏན་ལ་པབ་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། རི་སྐད་དུ།  
 བདེན་གཉིས་ལས། བདེན་གཉིས་རྣམ་དབྱེ་ཤེས་པ་དག། ཐུབ་པའི་བཀའ་ལ་  
 མི་ཚོངས་ཏེ། །དེ་ཉིད་མ་ལུས་ཆོགས་བསགས་ནས། །ཕུན་ཆོགས་པ་རོལ་  
 འགྲོ་བར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཐུབ་པའི་གསུང་རབ་ཀྱི་དོན་ལ་  
 མཁས་པ་དང་། ཆོགས་གཉིས་རྩོགས་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོད་ཏན་ཕུན་  
 ཆོགས་ཐོབ་པའི་དགོས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

### བདེན་བཞི།

༥ གཉིས་པ་སྐྱབ་པའི་དམིགས་པ་བདེན་པ་བཞི་ལ་འདོམས་པ་ནི། ལྷ་  
 རིའི་བྱ་འདི་ལ་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་གཟུགས་སྟོང་  
 པ་ཉིད་ལ་བཙོན་ན་བཙོན་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་སོགས་དང་། གཟུགས་ལ་  
 སོགས་པ་སྟོན་ཀྱི་མཐའ་ལ་སྦྱར་བ་མི་བྱེད། ཅེས་སོགས་ཀྱི་ཡུམ་བར་མའི་  
 མདོ་ཆོག་ཆོས་ཅན། བྱོད་སྐྱབ་པའི་དམིགས་པ་བདེན་པ་བཞི་ལ་འདོམས་  
 པའི་གདམས་ངག་ཡིན་ཏེ། བདེན་པ་བཞི་པོ་དེ་དོན་དམ་པར་གྲོལ་བ་དོན་  
 གཉིར་ཀྱི་སྒྲང་དོར་ཀྱི་གནས་མ་ཡིན་ཞིང་། ཐ་སྙད་དུ་འགོག་ལམ་གཉིས་པོ་  
 གྲོལ་བ་དོན་གཉིར་ཀྱི་སྐྱེས་བུའི་སྒྲང་བུའི་གནས་དང་སྐྱག་ཀུན་གཉིས་པོ་

དོར་བྱའི་གནས་ཡིན་ནོ་ཞེས་འདོམས་པར་བྱེད་པའི་ཡུམ་བར་མའི་མདོ་  
ཆིག་ཡིན་པའི་བྱིར། དེ་འཆད་པ་ལ། ཙྴ་བར། བདེན་པ་རྣམས་དང་ནི། །ཞེས་  
པ་དང་། འགྲེལ་པ་ལས། སྤྱག་བསྐྱེལ་ལ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་འབྲས་བྱར་  
གྱུར་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། ཞེས་སོགས་གསུངས།

འདིའི་སྐབས་སུ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། ཁ་ཅིག་སྒྲོང་དོར་  
གང་རུང་ཡིན་ན། བདེན་བཞི་གང་རུང་ཡིན་པས་སྟབ་ཟེར་ན། སྟོན་པ་ལྟ་  
བུལ་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། སྒྲོང་བྱ་ཡིན་པའི་བྱིར།  
དེར་ཐལ། ཐོབ་བྱ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཐོབ་བྱ་མཐར་སྤྱག་ཡིན་པའི་  
བྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་ཡིན་པའི་བྱིར། ཙྴ་བར་འདོད་ན། འགོག་ལམ་  
གང་རུང་ཡིན་པར་ཐལ། བདེན་བཞི་གང་རུང་གང་ཞིག་སྤྱག་ཀྱན་གཉིས་  
གང་རུང་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། དང་པོ་ཁས། བྱི་མ་དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་ཡིན་  
པའི་བྱིར། འདོད་ན། ལམ་བདེན་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པ་གང་ཞིག་འགོག་  
བདེན་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་ན། ཞེས་པ་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། །འདོད་མི་  
རུས་ཏེ། གཟུགས་དང་ལྡན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་རང་རྒྱ་ཀྱན་འབྱུང་བདེན་པའི་  
རྣམ་སྤྲིན་གྱི་འབྲས་བྱར་གྱུར་པའི་ཟག་བཅས། སྤྱག་བསྐྱེལ་བདེན་པའི་  
མཆོན་ཉིད། རང་འབྲས་སྤྱག་བསྐྱེལ་བདེན་པའི་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་རྒྱར་གྱུར་པའི་  
ཟག་བཅས། ཀྱན་འབྱུང་བདེན་པའི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། མ་དག་པའི་སྟོན་གྱི་

འཇིག་རྟེན་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དང་པོ་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དང་པོ་དེའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། མ་དག་པའི་སྣོད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱ་སྟེ།  
 ཀུན་ལས་བདུས་ལས། སྤྱག་བསྐྱལ་གྱི་བདེན་པ་གང་ཞེ་ན། དེ་ནི་སེམས་  
 ཅན་སྐྱེ་བ་དང་སྐྱེ་བའི་གནས་ཀྱིས་ཀྱང་རིགས་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར། ཅ་བར་འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། རྣམ་སྟོན་གྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱིས་བསྐྱུས་པར་ཐལ།  
 འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །གཞན་ཡང་། མི་དགེ་བའི་ལས་ཆོས་  
 ཅན། མཆོན་ཉིད་གཉིས་ཀ་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་གཉིས་པོ་དེའི་ཕྱིར། དེར་  
 ཐལ། རང་རྒྱུད་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་གིས་བྱུང་བའི་མི་དགེ་བའི་ལས་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། བྱ་སྟེ། ཀུན་བདུས་ལས། ཀུན་འབྱུང་བདེན་པ་གང་ཞེ་ན། ཉོན་  
 མོངས་པ་དང་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་གིས་བྱུང་བའི་ལས་སོ། །ལས་དང་ཉོན་  
 མོངས་པས་བསྐྱེད་པ་དང་། ལས་དང་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་གིས་བྱུང་བ་  
 འདི་མཐའ་དག་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱི་བདེན་པ་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །ཞེས་  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཅ་བར་འདོད་ན། རྣམ་སྟོན་གྱི་རྒྱ་འབྲས་གཉིས་ཀ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། རྣམ་སྟོན་གྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ལུང་མ་བསྟན་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར།  
 བྱ་སྟེ། མཛོད་ལས། རྣམ་སྟོན་ལུང་དུ་མ་བསྟན་ཆོས། །ཞེས་གསུངས་པའི་

ཕྱིར། འདོད་མི་བྱས་ཏེ། མི་དགེ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སྣོད་བཅུད་གང་  
 རུང་གིས་བསྐྱས་པའི་ཟག་བཅས། སྤྱག་བསྐྱལ་བདེན་པའི་མཆོན་ཉིད། ལས་  
 ཉོན་གང་རུང་གིས་བསྐྱས་པའི་ཟག་བཅས། གྲུན་འབྱུང་བདེན་པའི་མཆོན་  
 ཉིད་ཟེར་ན། བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་  
 ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་དང་པོ་དེར་ཐལ། མཆོན་ཉིད་དང་པོ་དེའི་ཕྱིར། དེར་  
 ཐལ། བཅུད་ཀྱིས་བསྐྱས་པའི་ཟག་བཅས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཉོན་  
 མོངས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 འདོད་ན། བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ལ་སྤྱག་བསྐྱལ་བདེན་པ་ཡོད་པར་  
 ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེའི་རྒྱུད་ལ་སྤྱེ་གན་འཆིའི་སྤྱག་བསྐྱལ་  
 ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་བྱས་ཏེ། རྒྱུད་སྒྲ་མ་ལས། འཕགས་  
 པས་ན་དང་ག་བ་དང་། །འཆི་བའི་སྤྱག་བསྐྱལ་ཅད་ནས་སྤངས། །ཞེས་  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་ཆོས་ཅན། གྲུན་འབྱུང་བདེན་པ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། ལས་ཉོན་གང་རུང་གིས་བསྐྱས་པའི་ཟག་བཅས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 དེར་ཐལ། ཉོན་མོངས་པས་བསྐྱས་པའི་ཟག་བཅས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 ཉོན་མོངས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེའི་རྒྱུད་ལ་སྤྱག་བདེན་ཡོད་པར་ཐལ།  
 འདོད་ན། བཀག་ཟེན། ཁ་ཅིག་མི་ཉག་སྤྱག་བསྐྱལ་སྣོད་པ་བདག་མེད་བཞི་  
 ཆོགས་པའི་ཆོགས་དོན། སྤྱག་བསྐྱལ་བདེན་པའི་མཆོན་ཉིད། རྒྱ་གྲུན་འབྱུང་

རབ་སྐྱེ་རྒྱུ་གྱི་རྣམ་པ་བཞི་ཚོ་གས་པའི་ཚོ་གས་དོན། ཀུན་འབྱུང་བདེན་པའི་  
མཚན་ཉིད་ཟེར་ན། དང་པོ་དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་འདྲ་བའི་ཚོ་གས་དོན་  
གཉིས་འདུས་བྱས་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། སྟོང་པ་བདག་མེད་གཉིས་  
ཚོ་གས་པའི་ཚོ་གས་དོན་འདུས་བྱས་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་འདུས་  
མ་བྱས་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་གཉིས་ཚོ་གས་པའི་ཚོ་གས་པ་འདུས་  
མ་བྱས་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་གཉིས་འདུས་མ་བྱས་ཡིན་པའི་བྱིར།

གཞན་ཡང་། རྒྱུ་རྩེ་རྣམ་པ་དང་རྒྱུ་གྱི་རྣམ་པ་ཀུན་འབྱུང་བདེན་པ་  
ཡིན་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ།  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་རྒྱུ་རྒྱུ་གྱི་རྣམ་པ་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ན་རྒྱུ་  
རྒྱུ་གྱི་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ན་འདུས་བྱས་ཡོད་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག  
སྒྲུག་ཀུན་གང་རུང་ཡིན་ན། སྤང་བྱ་ཡིན་པས་བྱུང་བཅེར་ན། དེས་པའི་རྒྱུ་  
ཞུགས་སྤིང་པ་ལན་བདུན་པ་བ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ།  
སྒྲུག་བསྐྱེད་བདེན་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ལས་ཉོན་གྱི་དབང་གིས་  
རང་དབང་མེད་པར་སྐྱེ་བ་སྤངས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་བྱིར། བྱུང་སྟེ། ཀུན་  
བདུས་ལས། སེམས་ཅན་གྱི་འཇིག་རྟེན་གང་ཡིན་པ་དང་། སྟོང་གྱི་འཇིག་  
རྟེན་གང་ཡིན་པ་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པས་བསྐྱེད་པ། ལས་དང་ཉོན་མོངས་  
པའི་དབང་གིས་བྱུང་བ་འདི་མཐའ་དག་སྒྲུག་བསྐྱེད་གྱི་བདེན་པ་ཡིན་པར་



རིག་པར་བྱའོ། ། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དག་འདུན་  
དགོན་མཆོག་ཡིན་པའི་བྱིར། གཞན་ཡང་། ལྷ་དང་མིར་སྐྱེ་བ་ལེན་པའི་  
ཐབས་སུ་གྱུར་པའི་སོ་སྐྱེའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཟག་བཅས་ཀྱི་དག་བའི་ལས་ཆོས་ཅན།  
དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཀྱན་འབྱུང་བདེན་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་  
ཐལ། ལས་ཀྱི་ཀྱན་འབྱུང་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་ན། ལྷ་མིར་སྐྱེ་བ་ལེན་པའི་  
ཐབས་སུ་གྱུར་པའི་ཟག་བཅས་ཀྱི་དག་བའི་ལས་སྤང་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ།  
འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། ལྷ་མིར་སྐྱེ་བའི་ཐབས་སྐྱབ་པ་སྤང་བྱ་ཡིན་པར་  
ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། བྱབ་སྟེ། སོ་སོ་སྐྱེ་བོའི་རྒྱུད་ལ་ཟག་མེད་ཀྱི་ལས་མེད་  
པས་ཟག་བཅས་ཀྱི་དག་བའི་ལས་ཀྱིས་ལྷ་མིའི་གོ་འཕང་སྐྱབ་དགོས་པའི་  
བྱིར། ཁ་ཅིག་ཟག་བཅས་ཀྱི་གཟུགས་སྤང་ཡིན་ན། སྐྱབ་བསྐྱལ་བདེན་པ་  
ཡིན་པས་བྱབ། ཟག་བཅས་ཀྱི་ལས་ཉོན་གང་རུང་ཡིན་ན་ཀྱན་འབྱུང་བདེན་  
པ་ཡིན་པས་བྱབ་ཟེར་ན། དང་པོ་ལ། བདེ་བ་ཅན་གྱི་རྟེན་ཅན་གྱི་སོ་སྐྱེའི་  
གཟུགས་སྤང་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། སོ་སྐྱེའི་གཟུགས་  
སྤང་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། བདེ་བ་ཅན་གྱི་རྟེན་ཅན་  
གྱི་སྐྱབ་བསྐྱལ་བདེན་པ་མེད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། བདེ་བ་ཅན་དེ་སྐྱབ་  
བསྐྱལ་བདེན་པ་མ་ཡིན་པར་གསུངས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཀྱན་ལས་བཅུས་  
ལས། ཡོངས་སུ་དག་པའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་དེ་དག་ནི་སྐྱབ་བསྐྱལ་གྱི་

བདེན་པ་མ་ཡིན་པར་བསྟོསྟེ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོན་ཀྱང་བདེ་བ་  
 ཅན་གྱི་སོ་སྐྱེའི་རྒྱུད་ལ་ཟག་བཅས་ཀྱི་དགོ་བའི་ལས་ཡོད་དམ་སྟུམ་ཡང་  
 དབྱུང་པར་བྱའོ། །སྤྱི་མ་དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། བྱང་འཕགས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ཉོན་  
 མོངས་ཡོད་ཀྱང་སྤྱག་ཀྱན་མེད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སྤྱག་བསྐལ་ཡིན་ན། སྤྱག་  
 བསྐལ་བདེན་པ་ཡིན་པས་བྱལ། ལས་ཡིན་ན། ཀྱན་འབྱུང་བདེན་པ་ཡིན་  
 པས་བྱལ་བེར་ན། དང་པོ་ལ། བྱང་འཕགས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་ཡིད་འབྱུང་ཆོས་ཅན།  
 དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཡིད་འབྱུང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་  
 ཅན་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་ཀྱིས་  
 འཁོར་བར་ཡིད་འབྱུང་བའི་སྒྲོ་ནས་ངས་འབྱུང་ལ་སྒྲོ་སྒྲོང་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
 གོང་དུ་འདོད་ན་སྟོ།།

གཞན་ཡང་། ཟག་མེད་ཀྱི་ལས་ཆོས་ཅན། སྤྱི་མ་དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར།  
 དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཟག་བཅས་ཀྱིས་བསྐྱས་པར་ཐལ་  
 ལོ། མཁས་པ་མང་པོས་སྤྱག་བསྐལ་ཡིན་ན། ཞེས་པ་ཡིན་པས་བྱལ། སྤྱག་  
 ཀྱན་གཉིས་ཀྱང་འགལ་ལོ་གསུངས། དེ་ཞིག་དང་པོ་དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ།  
 སྤྱག་བསྐལ་དུ་འབྱུང་བའི་ཞེས་པ་མ་ཡིན་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྤྱག་  
 བསྐལ་དང་སྤྱག་བསྐལ་སྒྲོང་བའི་ཞེས་པ་ཐ་དད་དུ་འཛོག་པ་ལ་དགོས་པ་  
 ཡོད་པའི་ཕྱིར། སྤྱི་མ་དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་ཀྱི་གཞི་མཐུན་པ་ཡོད་

པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རང་གི་འབྲས་བུ་སྤྲུག་བདེན་གྱི་གཙོ་བོར་བྱེད་པའི་  
བྲག་བཅས་ཀྱི་སྤང་པོ་དང་། རང་རྒྱུ་ལས་ཉོན་གྱི་དབང་གིས་བྱང་བའི་བྲག་  
བཅས་ཀྱི་སྤང་པོའི་གཞི་མ་ཐུན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ལམ་མ་ཞུགས་ཀྱི་  
གང་བྲག་གི་རྒྱད་གྱི་མ་རིག་པ་དང་སྐྱེད་པ་རྣམས་དེ་ལྟར་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་  
ཅིག་སྤྱི་ཁྱེད་ཀྱི་འཆི་གང་རུང་ཡིན་ན། སྤྲུག་བསྐྱེད་པ་ཡིན་པས་ཁྲབ་  
བེར་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱད་ལ་སྤྱི་བའི་ཆོས་མེད་པར་ཐལ། དམ་  
བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེའི་རྒྱད་ལ་སྤྱི་ས་བེན་པ་དང་སྤྱི་བའི་ཆོས་  
གཉིས་ཀ་མེད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེའི་རྒྱད་ལ་  
སྤྱི་ས་བེན་པ་དང་སྤྱི་བའི་འདུས་བྲས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་ཡོན་ཏན་ཡོད་པའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་ལ་འདུས་བྲས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་  
སྟེ། འདུས་བྲས་ཡིན་ན། ཁྱོད་ཀྱི་སྤྱི་གནས་འཇིག་གསུམ་ཀ་ཡོད་དགོས་  
པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་མི་མ་ཐུན་སྤྱོད་ལས་ལས་གྲོལ་བའི་རྣམ་བྱང་བདེན་པ།  
འགོག་བདེན་གྱི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལས་གྲོལ་བྱེད་ཀྱི་རྣམ་བྱང་བདེན་པ། ལམ་  
བདེན་གྱི་མཆོན་ཉིད་བེར་ན། དང་པོ་ལ། རྣམ་མཁྱེན་ཆོས་ཅན། འགོག་བདེན་  
ཡིན་པར་ཐལ། མཆོན་ཉིད་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྤྱི་བ་པ་མཐའ་དག་ལས་  
གྲོལ་བའི་རྣམ་བྱང་བདེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། འདོད་ན། འདུས་མ་བྲས་སུ་ཐལ་ལོ། །སྤྱི་མ་ལ་ལམ་བདེན་ཡིན་ན། མི་

མ་ཐུན་སྤྱོད་གས་ལས་མ་བྲལ་བས་སྒྲུབ་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར།  
 འདོད་ན། རྣམ་མཁུན་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འཕགས་  
 པའི་རྒྱུད་ཀྱི་མཁུན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་ཅིག་ན་རེ།  
 ལམ་བདེན་གྱི་བྲལ་འབྲས་སུ་གྱུར་པའི་རྣམ་བྱང་བདེན་པ། འགོག་བདེན་གྱི་  
 མཆོན་ཉིད། འགོག་བདེན་གྱི་བྲལ་རྒྱུར་གྱུར་པའི་རྣམ་བྱང་བདེན་པ། ལམ་  
 བདེན་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། ལམ་བདེན་དང་དུས་མཉམ་དུ་གྲུབ་པའི་འགོག་  
 བདེན་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དང་པོ་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དང་པོ་དེའི་ཕྱིར།  
 འདོད་ན། མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་དང་དུས་མཉམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་།  
 མཆོན་ཉིད་ཕྱི་མ་དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ལམ་བདེན་ཡིན་ན། འགོག་བདེན་  
 གྱི་བྲལ་རྒྱུ་ཡིན་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འགོག་བདེན་ཐོབ་ཟེན་པའི་  
 ལམ་བདེན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། འགོག་པ་ཞི་བ་གྲུ་རྣམ་པ་ངེས་  
 འབྱུང་གི་རྣམ་པ་གང་རུང་ཡིན་ན། འགོག་བདེན་ཡིན་པས་སྒྲུབ། ལམ་སྒྲུབ་  
 པ་རིག་པ་ངེས་འབྱེན་གྱི་རྣམ་པ་གང་རུང་ཡིན་ན། ལམ་བདེན་ཡིན་པས་  
 སྒྲུབ་ཟེར་ན། དང་པོ་ལ། ཉན་ཐོས་མཐོང་ལམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སོ་སོར་བརྟགས་  
 མིན་གྱི་འགོག་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འགོག་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྒྲུབ་སྟེ། འགོག་པ་དེ་ལ་སོ་སོར་  
 བརྟགས་འགོག་དང་སོ་སོར་བརྟགས་མིན་གྱི་འགོག་པ་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་

འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སོ་སོར་བརྟགས་འགོག་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་  
པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། ཕྱི་མ་ལ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཆོགས་ལམ་ཆོས་ཅན།  
དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོགས་ལམ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། འཕགས་རྒྱད་ཀྱི་མཁུན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར།  
འདོད་མི་རུས་ཏེ། སོ་སྤྱེའི་རྒྱད་ཀྱི་ཆོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཉན་ཐོས་  
ཀྱི་ཆོགས་ལམ་པའི་རྒྱད་ཀྱི་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱ་སྤྱོད། ཉན་ཐོས་ཆོགས་  
ལམ་པ་ཡིན་ན། སོ་སྤྱེ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་འགོག་བདེན་ཡིན་ན།  
དོན་དམ་བདེན་པ་ཡིན་པས་བྱ་བ་ཟེར་ན། ཉན་ཐོས་མཐོང་ལམ་རྣམ་གྲོལ་  
ལམ་པ་བའི་རྒྱད་ཀྱི་ཉོན་སྤྱོད་ཀྱིན་བརྟགས་སྤངས་པའི་སྤངས་ཆ་ཆོས་ཅན།  
དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྤངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་  
ཅན་དེ་དང་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་སྤྱོད་  
མོར་གྱུར་པའི་འགོག་བདེན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཉན་ཐོས་མཐོང་ལམ་  
རྣམ་གྲོལ་ལམ་གྱི་གཞལ་བྱར་གྱུར་པའི་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་སྤྱོད་མོ་ཡོད་  
པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་འགོག་བདེན་ཡིན་ན། ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པ་ཡིན་པས་བྱ་བ་  
ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། འགོག་བདེན་དང་དོན་དམ་བདེན་པའི་གཞི་  
མཐུན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འགོག་བདེན་དང་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་གཞི་



མ་ཐུན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འགྲེལ་པ་ལས། རྒྱ་ལ་མ་ལྟོས་པའི་དེ་  
 བཞིན་ཉིད་འགོག་པའི་བདེན་པ་དང་། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སྤྱག་  
 བསྐལ་བདེན་པ་དང་ལམ་བདེན་གཉིས་མི་འགལ་བེར་ན། དེ་གཉིས་འགལ་  
 བར་ཐལ། ལམ་བདེན་ཡིན་ན། ཟག་མེད་ཡིན་དགོས་པ་གང་ཞིག་སྤྱག་བདེན་  
 ཡིན་ན། ཟག་བཅས་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། མཛོད་ལས།  
 ཟག་མེད་ལམ་གྱི་བདེན་པ་དང་། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་དེར་ཐལ།  
 སྤྱག་བདེན་ཡིན་ན། ཟག་བཅས་འབྲས་བསྐྱས་ཀྱི་ཆར་གྱུར་པ་ཡིན་དགོས་  
 པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱད་ཀྱི་འགོག་བདེན་ཡིན་ན། བྱང་སེམས་  
 ཀྱི་འགོག་བདེན་ཡིན་པས་བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱད་ཀྱི་ལམ་བདེན་ཡིན་ན།  
 བྱང་སེམས་ཀྱི་ལམ་བདེན་ཡིན་པས་བྱང་སེམས་ཀྱི་ལམ་བདེན་ཡིན་ན། དང་པོ་ལ། ཐེག་དམན་  
 དག་བཅོམ་པའི་རྟོགས་པ་སྒྲོན་དུ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་ཆོགས་ལམ་པའི་  
 རྒྱད་ཀྱི་འགོག་བདེན་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་  
 ཆོགས་ལམ་པའི་རྒྱད་ཀྱི་འགོག་བདེན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་སྒྲ། འདོད་ན།  
 རང་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་སུ་གྱུར་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་ལམ་བདེན་གྱི་སྟོབས་  
 ཀྱིས་ཐོབ་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་རྒྱད་  
 ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། དོད་མི་རུས་ཏེ། བྱང་སེམས་  
 སོ་སྒྲེའི་རྒྱད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་ལ། དེ་འདྲ་བའི་བྱང་སེམས་

ཆོག་པ་ལམ་པའི་རྒྱད་ཀྱི་ལམ་བདེན་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། ཉག་ས་  
གསལ་སྤོ།

གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། ཟག་བཅས་འབྲས་བུས་ཀྱི་ཆར་གྱུར་པའི་  
ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་ཕྱོགས་ཀྱི་བདེན་པ། ལུག་བསྐལ་བདེན་པའི་མཆོན་  
ཉིད། དེ་ལ་ངོ་བོའི་སྒྲོན་ས་དབྱེ་ན། ལུག་བསྐལ་ཀྱི་ལུག་བསྐལ། འབྱུང་བའི་  
ལུག་བསྐལ། བྱལ་བ་འདྲ་བྱེད་ཀྱི་ལུག་བསྐལ་དང་གསུམ། ལུས་ཀྱི་ཆོར་བ་  
ལུག་བསྐལ་རགས་པ་ལྟ་བུ་དང་པོ་དང་། ཟས་ཀྱི་རོ་ཕྱོང་བའི་ཆོར་བ་བདེ་བ་  
ལྟ་བུ་གཉིས་པ་དང་། ཉེར་ལེན་ཀྱི་ཕྱང་པོའི་སྤྲོད་གི་མི་ཉག་པ་ལྟ་བུ་གསུམ་  
པའོ། །ཕྱོང་ཚུལ་གྱིས་དབྱེ་ན་བརྒྱད་ཀྱང་ཡོད་དེ། དེར་གྱུར་པའི་སྤྱི་བའི་  
ལུག་བསྐལ། ཀ་བའི་ལུག་བསྐལ། ཀ་བའི་ལུག་བསྐལ། འཆི་བའི་ལུག་བསྐལ།  
མི་ལུག་པ་དང་ཕྱད་པའི་ལུག་བསྐལ། ལུག་པ་དང་བྲལ་བའི་ལུག་བསྐལ།  
འདོད་པ་བཅའ་ཀྱང་མ་ཉིད་པའི་ལུག་བསྐལ། གནས་ངན་ལེན་ཀྱི་ལུག་  
བསྐལ་དང་བརྒྱད་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཟག་བཅས་རྒྱ་བུས་ཀྱི་ཆར་གྱུར་པའི་  
ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་ཕྱོགས་ཀྱི་བདེན་པ། ཀྱན་འབྱུང་བདེན་པའི་མཆོན་ཉིད།  
དེ་ལ་ངོ་བོའི་སྒྲོན་ས་དབྱེ་ན། ལས་ཀྱི་ཀྱན་འབྱུང་དང་། ཉོན་མོངས་པའི་ཀྱན་  
འབྱུང་གཉིས་ཡོད། ལས་ཀྱི་ཀྱན་འབྱུང་ལ་དེར་གྱུར་པའི་དགོ་མི་དགོ་ཕྱང་  
མ་བསྟན་ཀྱི་ལས་གསུམ་ཡོད། ཉོན་མོངས་པའི་ཀྱན་འབྱུང་ལ་དེར་གྱུར་པའི་

ཅ་ཉོན་རྒྱལ་ཉི་ཉོན་ཉི་ཤུ། རང་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་སུ་གྱུར་པའི་ལམ་བདེན་གྱི་བྲལ་འབྲས་སུ་གྱུར་པའི་རྣམ་བུར་བདེན་པ། འགོག་བདེན་གྱི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་འགོག་བདེན་གསུམ་ཡོད། རང་གི་བྲལ་འབྲས་སུ་གྱུར་པའི་འགོག་བདེན་གྱི་བྲལ་རྒྱུའི་རིགས་སུ་གནས་པའི་འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་མཐེན་པ། ལམ་བདེན་གྱི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་དེར་གྱུར་པའི་ཆོགས་ལམ། སྒྲོར་ལམ། མཐོང་ལམ། སྒྲོམ་ལམ། མི་སྒྲོབ་ལམ་དང་ལྔ་ཡོད།

འོ་ན། བདེན་པ་བཞིའི་གོ་རིམ་རི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། ཡོད་དེ། དང་པོར་སྤྱག་བདེན། དེ་རྗེས་ཀྱན་འབྱུང་། དེ་རྗེས་འགོག་བདེན། དེ་རྗེས་ལམ་བདེན་བསྟན་པ་དེ་ཡུལ་ཅན་མངོན་ཉོགས་ཀྱི་རིམ་པ་སྒྲོམ་ཚུལ་དང་མཐུན་པར་བསྟན་པ་ཡིན་ལ། དང་པོར་ཀྱན་འབྱུང་། དེ་ནས་ལམ་བདེན། དེ་ནས་སྤྱག་བདེན། དེ་ནས་འགོག་བདེན་བསྟན་པ་དེ་རྒྱ་འབྲས་དོན་གྱི་རིམ་པའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེ་ལྟར་ཡིན་ཏེ། འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྲལ་འདི་མཐའ་དག་སྔོང་འདོད་ནས་དེ་གང་ལས་བྱུང་སྟམ་པ་ན། དེ་དག་རང་རྒྱ་ཀྱན་འབྱུང་བདེན་པ་ལས་བྱུང་བར་ཤེས་པ་དང་། དེ་ནས་ཀྱན་འབྱུང་སྤྱག་བདེན་དང་བཅས་པ་སྔོང་རུས་སུ་ཤེས་ཏེ་སྤངས་པའི་སྤངས་པ་ཐོབ་འདོད་སྐྱེ་ཞིང་སྤངས་པ་དེ་ཐོབ་པ་ལ་ལམ་བདེན་བསྒྲོམ་དགོས་པར་ཤེས་པའི་ཕྱིར་དུ་དེ་ལྟར་བསྟན་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན། སྐྱེས་བུ་འགའ་ཞིག་ནད་ཀྱིས་གདུངས་

པ་ན། རྟ་དེ་གང་ལས་འབྱུང་བའི་རྒྱ་སྤྱང་འདོད་དང་། རྟ་དང་བྲལ་བའི་  
 བདེ་བ་ཐོབ་འདོད་དང་། བདེ་བ་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་སྤྲོ་འདོད་པའི་སྒོ་སྒྲིབ་བཞེས་  
 ཡིན་པའི་བྱིར། དེ་ལྟར་ཡང་། རྒྱ་སྤྱང་སྐྱེས་ལས། རྟ་ནི་ཤེས་བྱ་རྟ་ཀྱི་རྒྱ་ནི་  
 སྤྱང་བྱ་ལ། །བདེ་གནས་ཐོབ་བྱ་སྤྲོ་ནི་བསྟེན་པར་བྱ་བ་ལྟར། །སྤྱག་བསྐྱེད་  
 རྒྱ་དང་དེ་འགོག་པ་དང་དེ་བཞེས་ལམ། །ཤེས་བྱ་སྤྱང་བྱ་རིག་པར་བྱ་ཞིང་  
 བསྟེན་པར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། བྱི་མ་དེ་ལྟར་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་ཀྱན་  
 འབྱུང་བདེན་པ་ལས་འབྲས་བྱ་སྤྱག་བདེན་འབྱུང་ཞིང་། རྒྱ་ལམ་བདེན་ལ་  
 བསྟེན་ནས་བྲལ་འབྲས་འགོག་བདེན་ཐོབ་དགོས་པའི་རིམ་པའི་དབང་དུ་  
 བྱས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། བདེན་བཞིའི་རྣམ་བཞག་ཤེས་པ་ཤེན་ཏུ་གལ་ཆེ་བ་  
 ཡིན་ཏེ། འཁོར་བ་རྒྱ་དང་བཅས་པ་སྤྱང་བ་དང་། ཐར་པ་ཐབས་དང་བཅས་པ་  
 རང་རྒྱུད་ལ་བསྟེན་པ་ལ་དེ་ཤེས་དགོས་པ་དང་། བྱང་པར་དུ་སྤྲོ་བ་ལྷུང་ན་  
 ལས་འདའ་བའི་ཚུལ་སྤྲོ་བར་ཉེ་བ་ན། སྤྲོ་བས་ཀྱན་དགའ་བོ། དགོན་  
 མཆོག་གསུམ་དང་བདེན་པ་བཞི་ལ་ཐེ་ཚོམ་ཡོད་ན་གྲིས་ཤིག་མེད་ན་རེ་  
 ཞིག་ཅང་མི་སྤྲོ་ཤིག ཅས་བདེན་བཞིའི་གནས་ཚུལ་ཤེས་དགོས་པར་གལ་  
 ཆེ་བར་བསྟེན་པའི་བྱིར།

གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྤྱང་བ་ལ། །ཁ་ཅིག ཐག་བཅས་ཀྱི་ཆོར་བ་བདེ་བ་  
 ཆོས་ཅན། སྤྱག་བསྐྱེད་ཡིན་པར་ཐལ། འབྱུང་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཡིན་པའི་

བྱིར་ཟེར་ན། ཁ་ཅིག་མ་བྱུང་གསུངས། མ་བྱུང་ན། དེར་ཐལ། འགྱུར་བའི་  
 སྐྱག་བསྐྱལ་གྱི་མཆོན་གཞི་གཅིག་ཡོད་པའི་བྱིར། གོང་དུ་འདོད་ན། དེ་ཆོས་  
 ཅན། སྐྱག་བསྐྱལ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བདེ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཆོར་  
 བ་བདེ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་གིས་འདིར་མ་བྱུང་ཟེར། ཡང་ཁ་ཅིག་དེ་  
 ཆོས་ཅན། སྐྱག་བསྐྱལ་བདེན་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྐྱག་བསྐྱལ་བརྟུན་པ་  
 ཡིན་པའི་བྱིར་ཟེར་བ་དང་། དེ་ཆོས་ཅན། འགྱུར་བའི་སྐྱག་བསྐྱལ་མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། འགྱུར་བའི་བདེ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར་ཟེར་ན། སྐྱ་བྱི་གཉིས་ལ་མ་བྱུང་  
 བོ། ཁ་ཅིག་སོ་སྐྱེའི་རྒྱུད་ལ་བདེ་སྐྱག་གཉིས་སྟོང་བ་མེད་པར་ཐལ། དེའི་  
 རྒྱུད་ལ་བདེ་བ་མེད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། འཁོར་བ་པའི་རྒྱུད་ལ་བདེ་བ་མེད་  
 པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དུན་པ་ཉེར་གཞག་ལས། འཁོར་བ་ཁབ་ཀྱི་ཅེ་ཅམ་ན། །  
 བདེ་བ་ནམ་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། ཟེར་ན། ཁོ་ལོ་ལྟར་  
 ན། དེ་ནི་སྐྱག་བསྐྱལ་དང་མ་འདྲེས་པའི་བདེ་བ་བྱུང་པར་ཅན་ལ་དགོངས་པ་  
 འདྲ་སྟེ། འཁོར་བ་པའི་རྒྱུད་ལ་བདེ་བ་ནམ་ཡང་མེད་ན། བདེ་སྐྱག་སྟོང་བ་མི་  
 འཐད་པའི་བྱིར་རོ། འོན་ཀྱང་འདིར་མི་འདྲ་བར་སྤང་ངོ། ཅེ་བར་འདོད་ན། དེ་  
 མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ལ་བདེ་བ་སྟོང་བ་ཡང་ཡོད། སྐྱག་བསྐྱལ་སྟོང་བ་ཡང་  
 ཡོད་པའི་བྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། དེ་ལ་ལྟ་མའི་བདེ་བ་སྟོང་བ་ཡོད་པའི་བྱིར།  
 མ་བྱུང་ན། བདེ་བ་ཡིན་ན་གཏན་གྱི་བདེ་བ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་



པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་སོ། གཞན་ཡང་། འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱད་  
ལ་བདེ་བ་ཡོད་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་ལ་རྒྱ་དགེ་བ་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་  
འབྲས་བུ་བདེ་བ་འབྱུང་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རིན་ཆེན་འབྲེང་བ་ལས།  
དགེ་བས་བདེ་འགྲོ་ཐམས་ཅད་དང་། །སྦྱོར་བ་ཀུན་ཏུ་བདེ་བ་དག་ཤིང་གསུངས་  
པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སྤྱད་བདེན་ཡིན་ན། སྤྱད་བསྐྱེད་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ།  
དེ་ལྟར་བཞེད་པའི་མཁས་གྲུབ་འགའ་ཞིག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲུབ།  
འདོད་ན། མི་འཐད་པར་ཐལ། ཟས་བཟང་པོའི་རོ་ཉམས་སུ་སྦྱོང་བའི་ཟག་  
བཅས་ཀྱི་ཆོར་བ་བདེ་བ་དེ་སྤྱད་བདེན་ཡིན་ཀྱང་སྤྱད་བསྐྱེད་མ་ཡིན་པར་  
བསྐྱབས་ཟེན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ཁམས་གོང་མ་གཉིས་ན་སྤྱད་བསྐྱེད་གསུམ་  
པོ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ཁམས་ན་སྤྱད་བསྐྱེད་གསུམ་པོ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
ཟེར་ན། མ་ཁྲུབ། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། དེ་ན་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་  
ཡོད་པ་གང་ཞིག དེ་ཡོད་ན་གཞན་གཉིས་ཀྱང་ཡོད་པ་ལས་མ་འདས་པའི་  
ཕྱིར། དང་པོ་དེ་ཐལ། དེ་ན་ངན་སོང་གསུམ་ཀྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
གོང་དུ་འདོད་ན། མི་འཐད་པར་ཐལ། གོང་མ་གཉིས་ན་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་སྤྱད་  
བསྐྱེད་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གཟུགས་མེད་ཁམས་ན་དེ་མེད་པ་གང་  
ཞིག གཟུགས་ཁམས་ན་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། དེ་ན་ཆོར་བ་  
སྤྱད་བསྐྱེད་མཛོན་འགྱུར་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ན་གཟུགས་མེད་

པའི་སྟོབས་ཀྱིས་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་འདུ་ཤེས་རགས་པ་རྒྱ་བ་མེད་པའི་བྱིར།  
 གཉིས་པ་དེར་ཐལ། དེ་ན་དེ་མེད་པར་ཆད་ལྡན་ཀྱིས་གསུངས་པ་མཐོང་  
 ཞིང་། བདེན་བཞིའི་མཐའ་དབྱེད་ལས་ཀྱང་། སྤྱད་བསྐྱེད་དང་པོ་འདོད་  
 ཁམས་ཁོ་ན་དང་། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ཁྱབ་པ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་  
 སྤྱད་བསྐྱེད་ཡིན་ན། ཁམས་གསུམ་ན་ཡོད་དགོས་པར་ཐལ། དེ་ཁམས་  
 གསུམ་ལ་ཁྱབ་པའི་རྒྱ་མཚན་ཀྱིས་ཁྱབ་པ་ཞེས་མིང་གིས་བསྟན་པའི་བྱིར།  
 ཟེར་ན་མ་ཁྱབ། འདོད་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། མདུན་གྱི་སྒྲིམ་བུའི་ཕྱང་  
 པོའི་སྒྲིང་གི་མི་རྟག་པ་ཁྱབ་པ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་  
 ཅིག་ན་རེ། ཁྱབ་པ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཡིན་ན། ཁྱོད་མདོན་སུམ་དུ་  
 རྟོགས་པའི་སོ་སྒྲིམ་མེད་དགོས་པར་ཐལ། དེ་མདོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སོ་སྒྲིམ་  
 མེད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་མཐའ་དག་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་མདོན་  
 སུམ་དུ་མཐོང་བའི་སོ་སྒྲིམ་མེད་པའི་བྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྱབ། རྟགས་དེར་ཐལ།  
 མདོ་ལས། བྱིས་པ་ལག་མཐིལ་ལྟ་བུ་ཡིས། །འདུ་བྱེད་སྤྱད་བསྐྱེད་སྤྱི་མི་རིགས།  
 འཕགས་པ་མིག་དང་འདྲ་བ་ཡིས། །དེ་ཡི་ཡིད་ཀྱང་ཤེས་ཏུ་འབྱུང་། །ཞེས་  
 གསུངས་པའི་བྱིར། འདོད་ན། ཟག་བཅས་ཉིར་ལེན་གྱི་ཕྱང་པོ་ཆོས་ཅན།  
 དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་བཤད་ལས། ཟག་བཅས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་གང་  
 ཡིན་ཐམས་ཅད་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཏེ། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། འདོད་

ན། ཟག་བཅས་ཀྱི་གཟུགས་སྤང་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སོ་སྤྱི་མཐའ་པར་  
ཐལ་ལོ། །འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཉོན་མོངས་  
ཡིན་ན། གྲུན་འབྱུང་བདེན་པ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། གྲུན་བརྟམ་ལས། གྲུན་  
འབྱུང་བའི་བདེན་པ་གང་ཞེ་ན། ཉོན་མོངས་དང་དེའི་དབང་གིས་བྱུང་བའི་  
ལས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། དེ་ནི་མ་དག་པའི་  
ཞིང་གི་སོ་སྤྱིའི་རྒྱུད་ཀྱི་ལས་ཉོན་ལ་དགོངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ མི་རྟག་  
སྤྱག་བསྐལ་སྟོང་པ་བདག་མེད་བཞི་སྤྱག་བསྐལ་བདེན་པ་ཡིན་པར་ཐལ།  
གྲུན་བརྟམ་ལས། སྤྱག་བསྐལ་སྤྱིའི་མཆོན་ཉིད་གང་ཞེ་ན། མི་རྟག་པའི་  
མཆོན་ཉིད་དང་སྤྱག་བསྐལ་བའི་མཆོན་ཉིད་དང་། སྟོང་པའི་མཆོན་ཉིད་དང་།  
བདག་མེད་པའི་མཆོན་ཉིད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་  
སྟེ། དེ་ནི་སྤྱག་བསྐལ་བདེན་པ་དེ་འདྲ་བའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་པ་ལ་དགོངས་  
པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། སྟོང་བདག་མེད་གཉིས་སྤྱག་བདེན་མ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་གཉིས་འདུས་མ་བྱས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། རྒྱ་  
གྲུན་འབྱུང་རབ་སྤྱི་རྒྱུན་གྱི་རྣམ་པ་བཞི་གྲུན་འབྱུང་བདེན་པ་ཡིན་པར་ཐལ།  
གྲུན་བརྟམ་ལས། གྲུན་འབྱུང་བདེན་པའི་མཆོན་ཉིད་རྣམ་པ་བཞིར་རིག་པར་  
བྱ་སྟེ། རྒྱུའི་མཆོན་ཉིད། གྲུན་འབྱུང་བའི་མཆོན་ཉིད། རབ་ཏུ་སྤྱི་བའི་མཆོན་  
ཉིད། རྒྱུན་གྱི་མཆོན་ཉིད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། སྤྱར་

ལྷར་ཀུན་འབྱུང་བདེན་པ་ལ་རྣམ་པ་བཞི་ཡོད་ཅེས་པའི་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། འདུས་བྲས་ཡིན་ན། རྒྱ་དང་རྒྱུན་གཉིས་ཀ་ཡིན་དགོས་  
 པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག ཉོན་མོངས་པའི་ཀུན་འབྱུང་ཡིན་ན། ཉོན་མོངས་ཡིན་  
 དགོས་པར་ཐལ། ལས་ཀྱི་ཀུན་འབྱུང་ཡིན་ན། ལས་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར།  
 མཁས་གྲུབ་ལྷར་ན། འདོད་དགོས་ཀྱང་རེ་ཞིག་མ་བྲལ། འདོད་ན། ལམ་མ་  
 ཞུགས་ཀྱི་གང་ཟག་གི་རྒྱད་ཀྱི་མ་རིག་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་དུ་གྱུར་པའི་  
 གཙུ་སེམས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་ཀྱི་མ་རིག་  
 པ་དེ་ཉོན་མོངས་པའི་ཀུན་འབྱུང་གང་ཞིག་དེ་ལྷར་ན་དེ་འདྲ་བའི་གཙུ་སེམས་  
 དེ་ཡང་དེ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་དེར་ཐལ། དེ་ཉོན་མོངས་པའི་ཀུན་  
 འབྱུང་མིན་ན་ལས་ཉོན་ཀྱི་ཀུན་འབྱུང་གཉིས་གང་རུང་ལས་གཞན་པའི་ཀུན་  
 འབྱུང་བྱུར་པ་ཞིག་གསུང་དགོས་པ་ལས་དངོས་སུ་མ་གསུངས་པ་ལ་རྒྱ་  
 མཚན་ཡང་དག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག ཉོན་མོངས་སྟོགས་ཀྱི་ཆོས་ཡིན་ན།  
 ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་བདེན་པ་ཡིན་དགོས་པ་དང་། རྣམ་བུར་སྟོགས་ཀྱི་  
 ཆོས་ཡིན་ན། རྣམ་བུར་བདེན་པ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་  
 པའི་བདེན་པ་ཡིན་ན། ཉོན་མོངས་སྟོགས་ཀྱི་ཆོས་ཡིན་པས་བྲལ། རྣམ་བུར་  
 བདེན་པ་ཡིན་ན། རྣམ་བུར་སྟོགས་ཀྱི་ཆོས་ཡིན་པས་བྲལ་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན།  
 མ་བྲལ། འདོད་ན། བུང་སེམས་འཕགས་པའི་རྒྱད་ཀྱི་གང་ཟག་གི་བདག་

འཛིན་ཆོས་ཅན། དང་པོ་དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཉན་མོངས་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཉན་མོངས་པའི་ཀུན་འབྱུང་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་  
ཕྱིར། ཁ་ཅིག་མ་ཁྱབ་ཟེར་རོ། །

གཞན་ཡང་། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཆོག་ས་ལམ་ཆོས་ཅན། ཕྱི་མ་དེར་ཐལ།  
དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་ཡོན་  
ཏན་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། །འདོད་ན། བཀག་ཟེན། ཁ་ཅིག་ན་རེ། འགོག་བདེན་  
ཀྱི་བྲལ་རྒྱུ་ཡིན་ན། རྒྱུ་ཡིན་མི་དགོས་པར་ཐལ། ལམ་བདེན་ཀྱི་བྲལ་འབྲས་  
ཡིན་ན། འབྲས་བྱ་ཡིན་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྱབ། མ་གྲུབ་ན། དེ་  
མི་དགོས་པར་ཐལ། བྲལ་འབྲས་ཡིན་ན། འབྲས་བྱ་མིན་དགོས་པའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། འདུས་བྲས་མིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། གོང་དུ་འདོད་མི་  
རུས་ཏེ། ལམ་བདེན་ཡིན་ན། རྒྱུ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན་  
འདུས་བྲས་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། འགོག་ལམ་གཉིས་ཀྱི་གཞི་  
མ་ཐུན་པ་ཡོད་པར་ཐལ། སྤྱག་ཀུན་གཉིས་ཀྱི་གཞི་མ་ཐུན་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
ཟེར་ན། མཁས་གྲུབ་ལྟར་ན། དེ་གཉིས་མི་འགལ་བར་མ་བཟད་ཡིན་ཁྱབ་མཉམ་  
དུ་བཞེད་ལ། མང་པོས་དེ་གཉིས་འགལ་བར་འདོད་ཀྱང་། ཁོ་བོས་ནི་དེ་  
གཉིས་ཀ་མི་འདོད་དེ། སྤྱག་མེད་མྱུང་འདས་ཐོབ་ཁ་མའི་དགྲ་བཙུན་པའི་  
རྒྱུད་ལ་སྤྱག་བདེན་ཡོད་ཀྱང་ཀུན་འབྱུང་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཀུན་



འབྲུང་ཞེས་པའི་དོན་རང་འབྲས་སྤུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྤྱད་བདེན་བསྐྱེད་པ་  
 ལ་འཛོག་པ་གང་ཞིག་སྤྱད་མེད་ཅུང་འདས་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱད་  
 ལ་སྤྱད་བདེན་མེད་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་  
 ཡོད་པར་ཐལ། བདེན་བཞི་སོ་སོའི་སྒྲ་བཤད་གཅིག་ཡོད་པའི་བྱིར། འདོད་  
 ན། འཕགས་པའི་སྤྱད་བསྐྱེད་བདེན་པ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར།  
 འདོད་ན་ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་སྤྱད་བསྐྱེད་བདེན་པ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་  
 པའི་བྱིར་ཟེར་ན་མ་ཁྲབ་སྒྲུལ་སྟེ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་སྤྱད་བསྐྱེད་  
 བདེན་པ་མེད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་སྤྱད་བསྐྱེད་མེད་པའི་བྱིར་ཟེར་བ་  
 བྱི་ཆེ་ག་ལ་སོང་ངོ་། ཁ་ཅིག་ན་རེ། འགོག་ལམ་གང་རུང་གི་རྣམ་པ་ཡིན་ན།  
 འགོག་ལམ་གང་རུང་ཡིན་མི་དགོས་པར་ཐལ། སྤྱད་ཀྱན་གང་རུང་གི་རྣམ་  
 པ་ཡིན་ན། དེ་གང་རུང་ཡིན་མི་དགོས་པའི་བྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། ཉགས་  
 གསལ་སྒྲོ།

### སྒྲུབ་ས་གསུམ།

༥ གཉིས་པ་སྒྲུབ་པའི་རྟོན་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་འདོམས་པ་ལ།  
 ཅུང་སེམས་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ལ་སྒྲོད་པའི་ཆོ། གཟུགས་ལ་  
 རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་སྒྲོར་བར་མི་བྱེད་དེ། འདི་ལྟར་གཟུགས་  
 ཉིད་ཡང་དག་པར་རྩེས་སུ་མི་མཐོང་ངོ་ཞེས་སོགས་དང་། གཟུགས་དངོས་

པོ་ཡོད་ཅེས་བྱ་བར་མི་སྒྲིབ། དངོས་པོ་མེད་ཅེས་བྱ་བར་མི་སྒྲིབ་ཞེས་  
 སོགས་ཀྱི་ཡུམ་བར་མའི་མདོ་ཆོག་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་  
 འདོམས་པའི་གདམས་ངག་ཡིན་ཏེ། དགོན་མཆོག་གསུམ་པོ་དེ་དོན་དམ་  
 པར་གྲོལ་བ་དོན་གཉིས་ཀྱི་སྤྱི་བུའི་སྐབས་གནས་མ་ཡིན་པས། དེ་ལ་དོན་  
 དམ་པར་ཞེན་པར་མི་བྱེད་ཅེས་འདོམས་པར་བྱས་པ་དེ་གདམས་ངག་ཡིན་  
 པའི་བྱིར། དེ་འཆད་པར་བྱེད་པ་ལ། སངས་རྒྱས་ལ་སོགས་དགོན་མཆོག་  
 གསུམ། ཞེས་པ་དང་། འགྲེལ་པ་ལས། སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་དག་ཅེས་  
 སོགས་དང་། དག་འདུན་ལ་སངས་རྒྱས་དགོན་མཆོག་གི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་  
 པ་ཉིད་ཀྱིས་དག་བཅོམ་པ་མ་གཏོགས་པ་ཞེས་སོགས་གསུངས།

འདིའི་སྐབས་སུ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་  
 ན་རེ། ཉན་ཐོས་སྡེ་པས་སྟོན་པ་ཤྱ་གྲ་བྱབ་པ་སངས་རྒྱས་སུ་ཁས་མི་ལེན་  
 ཟེར་ན། དེས་དེ་སངས་རྒྱས་སུ་ཁས་ལེན་པར་ཐལ། དེས་དེ་དོ་རྗེ་གདན་དུ་  
 སངས་རྒྱས་པར་འདོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེས་སྟོན་པས་མཛད་པ་བཙུ་  
 གཉིས་ཀྱི་ཚུལ་མཛད་པ་དེ་སྤྱི་ཐོབ་ཞེན་པར་འདོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་  
 ལྟར་འདོད་པའི་གང་ཟག་གཅིག་ཡོད་པའི་བྱིར། གཞན་ཡང་། དེས་དེ་སངས་  
 རྒྱས་སུ་ཁས་ལེན་པར་ཐལ། དེས་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་རང་རྒྱུད་ཀྱི་རྣམ་  
 མཁྱེན་དེ། རང་ཉིད་སངས་རྒྱས་སུ་མཆོན་པར་བྱེད་པའི་བྱེད་ཆོས་སུ་འདོད་

པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མཛོད་ལས། སངས་རྒྱས་དགེ་འདུན་བྱེད་པའི་ཆོས། །  
 ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཉན་ཐོས་མདོ་སྡེ་བས་སྟོན་པ་ལྟ་  
 ཐུབ་པ་སངས་རྒྱས་དགོན་མཆོག་ཏུ་འདོད་དོ་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ།  
 དེས་དེ་སྒྲུག་བསྐལ་བདེན་པར་འདོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་ལྷས་སྦྱིན་  
 གྱིས་སྟོན་པ་ལ་སྦྱོགས་འཕངས་པའི་གཞོད་པ་སྦྱ་རི་བཞིན་པར་ཁས་ལེན་  
 པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ དེས་སངས་རྒྱས་དགོན་མཆོག་ཡོད་པར་མི་འདོད་ཟེར་  
 བ། དེ་འདོད་པར་ཐལ། དེས་རྣམ་མཁྱེན་དེ་སངས་རྒྱས་དགོན་མཆོག་ཏུ་  
 འདོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་རྣམ་མཁྱེན་དེ་རང་རྒྱུད་ལ་ལྡན་པའི་གང་  
 ཟག་སངས་རྒྱས་སུ་བྱེད་པའི་བྱེད་ཆོས་སུ་འདོད་ཅིང་། དགེ་འདུན་དགོན་  
 མཆོག་ཏུ་ཡང་འདོད་པའི་ཕྱིར། བྱི་མ་དེར་ཐལ། དེས་ལམ་བདེན་རྣམས་དགེ་  
 འདུན་དགོན་མཆོག་ཏུ་འདོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་སློབ་པ་འཕགས་པ་  
 རྣམས་དགེ་འདུན་ཏུ་འདོད་ཀྱང་དགེ་འདུན་དགོན་མཆོག་ཏུ་མི་འདོད་པ་  
 དང་། ལམ་བདེན་རྣམས་དགེ་འདུན་དགོན་མཆོག་དང་། འགོག་བདེན་ཆོས་  
 དགོན་མཆོག་ཏུ་འདོད་པར་ཆད་ལྡན་གྱི་གཞུང་ལས་བཤད་པའི་ཕྱིར། ཁ་  
 ཅིག་ ཉན་རང་གི་རིགས་ཅན་གྱིས་སངས་རྒྱས་དོན་དུ་མི་གཉིར་བས་སངས་  
 རྒྱས་ལ་སྦྱབས་སུ་མི་འགྲོའི་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཉན་རང་གཉིས་  
 གྱིས་སངས་རྒྱས་ལ་སྦྱབས་སུ་འགྲོ་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་གཉིས་གྱིས་

སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་སྐབས་སུ་འགྲོ་བའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེས་  
བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་སྐབས་སྟོན་པའི་སྟོན་པ། དམ་པའི་ཆོས་ལ་སྐབས་  
དངོས། དག་འདུན་ལ་སྐབས་སྐབ་པའི་ཆོ་གྲོགས་སུ་དམ་བཅའ་བའི་བྱིར།  
དེར་ཐལ། དེ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་སངས་རྒྱས་དེ་  
སྐབས་སྟོན་པའི་སྟོན་པ་དང་། ཆོས་སྐབས་དངོས་ཡིན་ནོ་ཟེར་ན། སངས་  
རྒྱས་ཆོས་ཅན། སྟོན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། སྐབས་སྟོན་པར་མཛད་པའི་སྟོན་པ་  
ཡིན་པའི་བྱིར། ཉགས་ཁས། འདོད་ན། གང་ཟག་ཏུ་ཐལ་ལོ། །འདོད་མི་རྒྱས་  
ཏེ། འདུས་མ་བྱས་ཡིན་པའི་བྱིར། གཞན་ཡང་། ཆོས་སྐབས་དངོས་མ་ཡིན་  
པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་ན། ཤེས་བྱ་དེ་ཡང་སྐབས་དངོས་གནས་ཡིན་པར་  
འགྱུར་བའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་དང་ཆོས་ལ་བྱབ་ཆེ་ཆུང་མེད་པའི་བྱིར། ཁ་  
ཅིག་སངས་རྒྱས་ལ་སངས་རྒྱས་དགོན་མཆོག་གིས་བྱབ་པ་དང་། དམ་པའི་  
ཆོས་ལ་ཆོས་དགོན་མཆོག་གིས་བྱབ་པ་དང་། དག་འདུན་ལ་དག་འདུན་  
དགོན་མཆོག་གིས་བྱབ་པོ་ཞེ་ན། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཆོགས་ལམ་ཆོས་ཅན། ཆོས་  
དགོན་མཆོག་ཡིན་པར་ཐལ། དམ་པའི་ཆོས་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ལམ་  
ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་ན། འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་  
པའི་བྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་སོ། གཞན་ཡང་། ཉན་ཐོས་ཆོགས་ལམ་པ་ཆོས་  
ཅན། དག་འདུན་དགོན་མཆོག་ཡིན་པར་ཐལ། དག་འདུན་ཡིན་པའི་བྱིར།

དེར་ཐལ། ལམ་ཁྱགས་ཀྱི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། འཕགས་པ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། སོ་སྤྱེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་  
 ཅིག་ དོན་དམ་པའི་སྐྱབས་ཡིན་ན། དོན་དམ་པ་ཡིན་པས་བྱུང་། ཀྱན་རྫོབ་  
 པའི་སྐྱབས་ཡིན་ན། ཀྱན་རྫོབ་པའི་ཆོས་ཡིན་པས་བྱུང་བེར་ན། སངས་རྒྱས་  
 འཕགས་པ་ཆོས་ཅན། དང་པོ་དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ལམ་ཀྱི་བཟོད་  
 པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་སྐྱབས་མཐར་ཐུག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན་སྤྱོད། །གཞན་  
 ཡང་། སྤོབ་པའི་རྒྱད་ཀྱི་འགོག་བདེན་དུ་གྱུར་པའི་སྤྱོད་ཉིད་ཆོས་ཅན། ཕྱི་མ་  
 དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྤོབ་པའི་རྒྱད་ཀྱི་ཆོས་དགོན་མཆོག་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པ་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། འདོད་མི་རུས་སོ།  
 ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཀྱན་རྫོབ་པའི་སྐྱེ་ཡིན་ན། ཀྱན་རྫོབ་པའི་སྐྱབས་ཡིན་པས་བྱུང་  
 བེར་ན། སྟོན་པ་ལྟ་བུ་ཐུབ་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 གཟུགས་སྐྱེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྤྱལ་སྐྱེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་  
 རུས་ཏེ། དོན་དམ་པའི་སྐྱབས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། ལྷང་གི་ཆོས་དགོན་མཆོག་ཡིན་ན། དོན་དམ་པའི་  
 སྐྱབས་མ་ཡིན་པས་བྱུང་བེར་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱད་ཀྱི་ལྷང་གི་  
 ཆོས་དགོན་མཆོག་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། སྐྱབས་གནས་མཐར་ཐུག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་



འཕགས་པའི་རྒྱད་གྱི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པའི་བྱིར།      མཁས་པ་མང་པོ་ན་རེ།  
འདུས་མ་བྱས་སོགས་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་དང་ལྡན་པའི་སྐབས་གནས་མཐར་  
བྱུག་སངས་རྒྱས་དགོན་མཆོག་གི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། རང་བཞིན་རྣམ་དག་  
གི་ཆར་གྱུར་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་  
དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་ན། མཁྱེན་བཅེ་རུས་  
གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། བཅེ་བའི་  
ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། བཅེ་བ་དང་  
མ་བཅས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཤེས་པ་དང་མ་བཅས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ།  
འདུས་བྱས་དང་མ་བཅས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་འདུས་མ་བྱས་ཡིན་པའི་  
བྱིར། ཁ་ཅིག་མ་བྱུང་གསུངས་ཤིང་། དེ་ལ་ཁ་ཅིག་སྟོང་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་  
ཟེར་ཡང་འདྲ་བར་སྒྲུང་ངོ་། ཁ་ཅིག་ན་རེ། བསམ་དུ་མེད་པ་སོགས་ཡོན་ཏན་  
བརྒྱད་དང་ལྡན་པའི་རྣམ་བཤེན་པ། ཆོས་དགོན་མཆོག་གི་མཆོན་ཉིད་  
གསུངས་ན། ཉན་ཐོས་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་  
དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། འཕགས་ལམ་ཡིན་པའི་བྱིར།  
འདོད་ན། འགོག་བདེན་ཐོབ་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར་རོ། འདོད་མི་རུས་ཏེ།  
ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། རིག་གྲོལ་གྱི་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་དང་  
ལྡན་པའི་འཕགས་པ། དགོ་འདུན་དགོན་མཆོག་གི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། ཉན་

ཐོས་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པ་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ།  
 མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འཕགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། འགོག་  
 བདེན་གྱི་ཡོན་ཏན་གསུམ་དང་ལྡན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན་སྒྲ།  
 ཁ་ཅིག དེ་འདྲ་བ་དེ་ཐེག་ཆེན་གྱི་དགོ་འདུན་དགོན་མཆོག་གི་མཆོན་ཉིད་  
 ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དམན་ལམ་སྒྲོན་དུ་མ་སོང་བའི་ཐེག་ཆེན་  
 མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པ་དེས་འགོག་བདེན་མ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར། དེར་  
 ཐལ། དེས་ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་ཐོབ་པ་དང་། འགོག་བདེན་  
 ཐོབ་པ་དུས་མཉམ་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག ཐེག་ཆེན་གྱི་དགོ་འདུན་དགོན་མཆོག་  
 ཡིན་ན། བྱང་སེམས་འཕགས་པ་ཡིན་པས་བྱུང་བའི་ཟེར་ན། སངས་རྒྱས་  
 འཕགས་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་འཕགས་པ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཞན་  
 ཡང་། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། རྒྱུད་སྒྲ་ཙཱ་འགྲེལ་ལས། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་  
 དགོན་མཆོག་གསུམ་ཡོད་པར་བཤད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཆོས་དགོན་  
 མཆོག་ཡིན་ན། དགོ་འདུན་དགོན་མཆོག་མ་ཡིན་པས་བྱུང་བའི་ཟེར་ན། སངས་  
 རྒྱས་འཕགས་པའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར།  
 དེར་ཐལ། རྣམ་མཐུན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་དགོ་འདུན་དགོན་མཆོག་  
 ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འཕགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྗེས་ཡོད་པར་གྱུར་

པའི་འཕགས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། སྐབས་འདིར་གང་ཟག་རྫས་ཡོད་  
པ་འདོད་རིགས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། གང་ཟག་ཐ་སྙད་བཏགས་པའི་བཏགས་  
དོན་བཅའ་བའི་ཆེ་ཉིད་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་དགོན་མཆོག་ལ་སྐབས་གནས་  
ཡང་དག་ཏུ་རེ་ལྟོས་འཆའ་བའི་སེམས་པ། སྐབས་འགྲོའི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན།  
འདིག་ཉིན་པའི་སྣ་པལ་པ་ཅམ་ལ་སྐབས་སུ་འགྲོ་བའི་སྐབས་འགྲོ་ཆོས་ཅན།  
མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་  
བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཚངས་པ་དང་། བྱུང་འབྱུག་  
དབང་སྒྲུག་སོགས་འདིག་ཉིན་པའི་སྣ་ཅམ་ལ་སྐབས་སུ་སོང་བའི་གང་ཟག་  
ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་འདྲ་བའི་བྱི་རོལ་པ་ཡོད་པའི་བྱིར། འདོད་ན་  
སྤོ། །ཁ་ཅིག་ན་རེ། སྐབས་འགྲོ་པལ་པ་ཡིན་ན། སྐབས་འགྲོ་མིན་དགོས་  
ཟེར་ན། སྐབས་པལ་པ་ཡིན་ན། སྐབས་མིན་དགོས་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་  
འཐད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། སྐབས་ཡིན་ན། དགོན་མཆོག་གསུམ་པོ་གང་  
རུང་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། ཉན་ཐོས་ཆོགས་ལམ་  
པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། ཉགས་གསལ་སྒྲ། གཞན་ཡང་། མི་པལ་  
པ་མི་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །འོན་  
ཀྱང་མཁས་དབང་མང་པོས་བྱི་རོལ་པའི་རྒྱུད་ལ་སྐབས་འགྲོ་མེད་དོ་  
གསུངས་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། སྐབས་འགྲོ་དེ་ལ་སྐབས་འགྲོ་རྣམ་དག་

ཡིན་མིན་གཉིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བསྟན་བཅོས་དེ་ལ་བསྟན་བཅོས་  
 རྣམ་དག་ཡིན་མིན་གཉིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། སྐབས་འདིར་ལུགས་གཉིས་ལས་  
 རེ་ཞིག་དེ་ལྟར་རོ། །ཁ་ཅིག་ན་རེ། རྫོང་བྱེད་ཆོག་གི་སྐབས་འགྲོ་རྣམས་  
 སྐབས་འགྲོ་ཡིན་ནི་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། སྐབས་འགྲོ་ཡིན་ན། མྱོ་  
 ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། སེམས་བྱུང་ཡིན་དགོས་པའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། སེམས་པ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། དོན་གཉིས་མཐར་ཕྱིན་པའི་སྐབས་གནས་  
 མཐར་ཐུག་སངས་རྒྱས་དགོན་མཆོག་གི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན། ཀྱན་  
 རྫོབ་པའི་སངས་རྒྱས་དགོན་མཆོག་དང་། དོན་དམ་པའི་སངས་རྒྱས་དགོན་  
 མཆོག་དང་གཉིས། སངས་རྒྱས་དགོན་མཆོག་དེ་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་དང་ལྔན་  
 པ་ཡིན་ཏེ། དབྱེ་གཞི་རང་དོན་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་། གཞན་དོན་གྱི་ཡོན་ཏན་  
 གཉིས་དང་། དེ་རེ་རེ་ལ་སྤྱེ་བའི་གསུམ་གསུམ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་ཡིན་  
 ཏེ། རང་དོན་གྱི་ཡོན་ཏན་ལ་རྒྱ་རྒྱུན་གཞན་གྱི་འདུས་མ་བྱས་པའི་ཡོན་ཏན།  
 འབད་ཚེ་ལ་བྱས་པའི་ལྷན་གྱིས་བྱབ་པའི་ཡོན་ཏན། སྤྱོད་ཅམ་གྱིས་རྫོགས་  
 པར་རྫོགས་མི་རུས་པའི་ཡོན་ཏན་གསུམ་དང་། གཞན་དོན་ལ་ཤེས་བྱ་  
 ཐམས་ཅད་གཟིགས་པ་མཐུན་པའི་ཡོན་ཏན་ཀྱན་ལ་བརྩེ་བ་བརྩེ་བའི་ཡོན་  
 ཏན། དོན་ཀྱན་སྐབ་རུས་པ་རུས་པའི་ཡོན་ཏན་གསུམ་དང་ལྔན་པའི་ཕྱིར་ཏེ།

རྒྱུད་སྒྲ་མ་ལས། འདུས་མ་བྱས་ཤིང་ལྷན་གྱིས་བྱལ། །གཞན་གྱི་རྒྱུན་གྱིས་  
 རྟོགས་མིན་པ། །མཐུན་དང་བཅེ་དང་རྒྱས་པར་ལྷན། །དོན་གཉིས་ལྷན་པའི་  
 སངས་རྒྱས་ཉིད། །ཅེས་གསུངས་པའི་བྱིར། དེ་ཡང་དབྱེ་གཞི་ཅམ་གྱི་དོན་  
 མ་ཡིན་ཏེ། རང་དོན་གྱི་ཡོན་ཏན་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་གྱང་། དེ་གསུམ་རང་  
 དོན་གྱི་གཙོ་བོ་ལ་དགོངས་པ་དང་། དེ་གསུམ་གྱིས་བསྐྱུས་པའི་རང་དོན་གྱི་  
 ཡོན་ཏན་གཞན་ཡོད་པར་ཤེས་པའི་ཆེད་ཡིན་པས་དེ་བཞིན་དུ་གཞན་དོན་  
 ལ་ཡང་རིགས་འབྲེ་བའི་བྱིར། འགོག་བདེན་དང་ལམ་བདེན་གང་རུང་གིས་  
 བསྐྱུས་པའི་འཕགས་པའི་རྒྱུད་གྱི་རྣམ་བུར་བདེན་པ། ཆོས་དགོན་མཆོག་གི་  
 མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་སྤྱིས་བརྗོད་རིགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་ན། ཀུན་རྫོབ་པའི་ཆོས་  
 དགོན་མཆོག་དང་། དོན་དམ་པའི་ཆོས་དགོན་མཆོག་གཉིས། དང་པོ་ནི།  
 རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱུས་གསུམ་སོགས་ལྷང་གི་ཆོས་དགོན་མཆོག་རྣམས་ཡིན།  
 གཉིས་པ་ནི། འགོག་བདེན་དང་ལམ་བདེན་རྣམས་སོ། ཆོས་དགོན་མཆོག་  
 དེ་ཡོན་ཏན་བརྒྱུད་དང་ལྷན་ཏེ། འགོག་བདེན་གྱི་ཡོན་ཏན་གསུམ། ལམ་  
 བདེན་གྱི་ཡོན་ཏན་གསུམ་དང་། དང་པོ་གསུམ་སྤུད་བྱེད་ཀྱི་འགོག་བདེན་  
 གྱི་ཡོན་ཏན་དང་། ཕྱི་མ་གསུམ་སྤུད་བྱེད་ཀྱི་ལམ་བདེན་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་  
 བཅས་པ་བརྒྱུད་དང་ལྷན་པའི་བྱིར་ཏེ། རྒྱུད་སྒྲ་མ་ལས། བསམ་མེད་གཉིས་  
 མེད་རྟོགས་མེད་པ། །དག་གསལ་གཉིན་པོའི་ཕྱོགས་དག་གི་ །གང་ཞིག་གང་



གི་ཆགས་བྲལ་བ། །བདེན་གཉིས་མཚན་ཉིད་ཅན་ཏེ་ཆོས། །ཞེས་གསུངས་  
པའི་ཕྱིར། དེ་ཡང་རིམ་པ་བཞིན་རྟོག་གའི་སྒྲོས་ཟུ་བཞིར་ངེ་ལྟ་བ་བཞིན་  
བསམ་པར་མི་རྒྱས་པ་དང་། ལས་ཉོན་གཉིས་ཅི་རིགས་པ་མེད་པ་དང་། ཚུལ་  
མིན་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་རྣམ་རྟོག་དང་བྲལ་བའི་ཡོན་ཏན་གསུམ་དང་། རང་གི་  
འཇིན་སྒྲངས་ལ་ཉོན་མོངས་ཀྱི་བསྐྱད་པ་མ་ཁྱུགས་པས་དག་པའི་ཡོན་ཏན།  
གནས་ལུགས་རྟོགས་པས་གསལ་བའི་ཡོན་ཏན། མི་མཐུན་ཕྱོགས་འཇོམས་  
པས་གཉིན་པོའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པའི་དོན་ནོ།

རིག་གྲོལ་གྱི་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་པོ་གང་རུང་དང་ལྡན་པའི་འཕགས་པ།  
དག་འདུན་དཀོན་མཆོག་གི་མཚན་ཉིད། དེ་ལ་སྒྲས་བརྗོད་རིགས་ཀྱི་སྟོན་ས་  
དབྱེ་ན། ཀུན་རྗོབ་པའི་དག་འདུན་དཀོན་མཆོག་དང་། དོན་དམ་པའི་དག་  
འདུན་དཀོན་མཆོག་དང་གཉིས། ལམ་ཁྱུགས་ཀྱི་སོ་སྟེ་རྣམས་དང་པོ་དང་།  
འཕགས་པའི་གང་ཟག་ཐམས་ཅད་གཉིས་པའོ། །སྦྱིར་དག་འདུན་དཀོན་  
མཆོག་དེ་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ཏེ། ངེ་ལྟ་བ་རིག་པ། ངེ་སྟོན་པ་  
རིག་པ། སོ་སོ་རང་རིག་པའི་ཡོན་ཏན་གསུམ་དང་། ཐོགས་སྒྲིབ། ཆགས་  
སྒྲིབ། དམན་སྒྲིབ་ཅི་རིགས་ནས་གྲོལ་བའི་ཡོན་ཏན་གསུམ་དང་། དེ་དག་  
སྦྱད་བྱེད་ཀྱི་རིག་པའི་ཡོན་ཏན་དང་། གྲོལ་བའི་ཡོན་ཏན་གཉིས་ཏེ་བརྒྱད་  
དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རྒྱད་སྟེ་མར། ངེ་ལྟ་བ་ལྟོན་ནང་གི་ནི། །ཡེ་ཤེས་གཟིགས་

བ་དག་པའི་ཕྱིར། །སློབ་པ་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་ཆོག་ས། །སྤྲེལ་ཡོན་ཏན་དག་  
 ལྟོན་ཉིད། །ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། དེ་ཡང་སློབ་པ་འཕགས་པ་རིགས་གྲོལ་  
 གྱི་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་དང་ལྟོན་པར་བྱེད་མི་བྱེད་མི་མ་ཐུན་ཀྱང་། སློབ་པའི་དགོ་  
 འདུན་དགོན་མཆོག་དེ་རིག་གྲོལ་གྱི་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་དང་ལྟོན་པར་འདོད་ན།  
 རོགས་སྐྱབ་ཅི་རིགས་ཞེས་སྐྱར་བར་བྱའོ། འགའ་ཞིག་དགོ་འདུན་དགོན་  
 མཆོག་དེ་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ལྟོན་དུ་དངོས་སུ་བཤད་པ་མེད་གསུངས་པ་ནི།  
 དཔྱད་གཞིར་སྤང་ངོ་། ལམ་གྱི་བགྲོད་པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་སྐྱབས། དོན་དམ་  
 པའི་སྐྱབས་གྱི་མཆོན་ཉིད། དེ་དང་སངས་རྒྱས་དགོན་མཆོག་གཉིས་དོན་  
 གཅིག་ཡིན་ཏེ། རྒྱུད་སྤྲེལ་ལས། དམ་པའི་དོན་དུ་འགྲོ་བ་ཡི། །སྐྱབས་ནི་  
 སངས་རྒྱས་ཉག་གཅིག་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ལམ་གྱི་བགྲོད་པ་  
 མཐར་མ་ཕྱིན་པའི་སྐྱབས། ཀྱན་རྫོབ་པའི་སྐྱབས་གྱི་མཆོན་ཉིད། དེ་དང་  
 གནས་སྐྱབས་གྱི་སྐྱབས་གཉིས་དོན་གཅིག་མཁས་གྲུབ་ལྟར་ན། དུལ་གཞན་  
 ལ་རང་སྟོབས་གྱིས་དཔྱད་གཉེན་དུ་རེ་བ་འཆའ་བའི་སེམས་པ། སྐྱབས་  
 འགྲོའི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་སྐྱས་བརྗོད་རིགས་གྱི་སྒྲོན་སྤྲེལ་དབྱེ་ན། རྗོད་བྱེད་  
 ཆོག་གི་སྐྱབས་འགྲོ་དང་། ལྟོས་པ་སྒྲོའི་སྐྱབས་འགྲོ་དང་གཉིས། དང་པོ་ནི།  
 སྐྱབས་འགྲོའི་ཆོག་བརྗོད་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། ཕྱི་མ་ལ། སྐྱབས་འགྲོ་པལ་བ་དང་།  
 བྱེད་པར་ཅན་གཉིས་ཡོད། སྐྱབས་འགྲོ་པལ་པའི་མཆོན་ཉིད་ལ། དུལ་པལ་

པ་ལ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་དབྱང་གཉིན་དུ་རེ་བ་འཆའ་བའི་སེམས་པ་འཛོག་  
 པར་སྒྲང་ཡང་། སྐྱབས་བྱུང་པར་ཅན་དང་པལ་བ་གཉིས་ཀ་ལ་ཐུན་མོང་དུ་  
 འགྲོ་བའི་སྐྱབས་འགྲོ་ཡོད་པར་སྒྲང་བས་རྩང་བད་མི་བདེ་ལ། རབ་ཏུ་བྱེ་བའི་  
 སེམས་པ་ཞེས་སྐྱར་བར་བྱ་ཞིང་ཞིབ་ཆ་ལེགས་པར་འདོན་དགོས་སོ། །  
 དགོན་མཆོག་ལ་རང་སྟོབས་ཀྱི་དབྱང་གཉིན་དུ་རེ་བ་འཆའ་བའི་སེམས་པ།  
 དགོན་མཆོག་ལ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བའི་སྐྱབས་འགྲོའི་མཆན་ཉིད། དེ་ཡང་ཡུལ་  
 བྱུང་པར་ཅན་ཡིན་ཀྱང་དགོན་མཆོག་གསུམ་གང་རུང་མ་ཡིན་པ་ལས་  
 ཞུགས་ཀྱི་སོ་སྡེ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཁོ་ན་ལ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་ཡོད་པའི་དབང་དུ་  
 བྱས་སོ། །དེ་ལ་ཡང་སྡེས་བྱ་རྩང་དུ་དང་ཐུན་མོང་བའི་སྐྱབས་འགྲོ་སོགས་  
 གསུམ་དང་། རྒྱའི་སྐྱབས་འགྲོ་དང་། འབྲས་བུའི་སྐྱབས་འགྲོ་དང་ལྟ་ཡོད།  
 རང་ཉིད་ངན་སོང་གི་སྤྱག་བསྐྱལ་ཀྱིས་འཛིགས་ནས་དགོན་མཆོག་ལ་རང་  
 སྟོབས་ཀྱིས་དབྱང་གཉིན་དུ་རེ་བ་འཆའ་བའི་རིགས་སུ་གནས་པའི་སེམས་  
 པ། སྡེས་བྱ་རྩང་དུ་དང་ཐུན་མོང་བའི་སྐྱབས་འགྲོའི་མཆན་ཉིད་དང་། གཞན་  
 ལ་དེས་རིགས་འགྲེ གཞན་རྒྱད་ལ་གྲུབ་ཟིན་པའི་དགོན་མཆོག་ལ་རང་  
 སྟོབས་ཀྱིས་དབྱང་གཉིན་དུ་རེ་བ་འཆའ་བའི་སེམས་པ། རྒྱའི་སྐྱབས་འགྲོའི་  
 མཆན་ཉིད། རང་རྒྱད་ལ་འབྱུང་འབྱུར་གྱི་དགོན་མཆོག་ལ་དེ་ལྟར་རེ་བ་  
 འཆའ་བའི་སེམས་པ། འབྲས་བུའི་སྐྱབས་འགྲོའི་མཆན་ཉིད་དོ།

གསུམ་པ་ཚེད་པ་སྒྲོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག རང་བཞིན་རྣམ་དང་གི་ཆར་  
གྱུར་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་ཆོས་ཅན། རོན་དམ་པའི་སྐབས་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
མེད་དགག་ཡིན་པའི་སྤྱིར་བེད་ན། མ་ཁྲབ། ཁོ་ན་རེ། ཁྲབ་སྟེ། རྒྱུད་ལྷ་མ་  
ལས། མེད་སྤྱིར་ཞེས་པ་ནས། གཏན་གྱི་སྐབས་མཆོག་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་  
གསུངས་པའི་སྤྱིར། ཟེར་ན། ཡང་མ་ཁྲབ། ཁ་ཅིག དེ་འདྲ་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་  
དེ། རི་ལྷ་རི་སྟེད་མཁྱེན་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པར་ཐལ། དེ་བག་མེད་ཡེ་  
ཤེས་སྟེ་ཆོན་ཉར་གཅིག་གི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། དེ་བག་  
མེད་ཡེ་ཤེས་སྟེ་ཆོན་ཉར་གཅིག་གི་ཆོས་ཅན་དུ་ལྡན་པའི་སྤྱིར། ཟེར་ན། དེ་  
ཞིག་མ་ཁྲབ་སྟེ། དེ་འདྲ་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་དེ་སྐྱེ་འཇིག་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་  
སྤྱིར། ཁ་ཅིག འདུས་མ་བྲས་ཡིན་ན། འདུས་བྲས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དང་མི་ལྡན་  
པས་ཁྲབ་པར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། མཁྱེན་བཅེ་སོགས་འདུས་བྲས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་  
དང་མི་ལྡན་པས་ཁྲབ་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། རོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་དེ་དེ་ལྟར་མི་ལྡན་པ་  
ལ་རྒྱ་མཆོན་ཡང་དག་ཡོད་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། སངས་རྒྱས་ཆོས་ཅན། དེར་  
ཐལ། དེའི་སྤྱིར། འདོད་ན། སངས་རྒྱས་ལ་མཁྱེན་བཅེ་རྒྱས་གསུམ་གྱི་ཡོན་  
ཏན་མེད་པར་ཐལ་ལོ་ཟེར་ན། ཚེད་གཞི་ལ་ལྟོས་པའི་དམིགས་བསལ་ཡིན་  
ནོ། ཁ་ཅིག ཉན་ཐོས་མཐོང་ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་ཆོས་ཅན། ཆགས་སྐྱིབ་ཅི་  
རིགས་ལས་གྲོལ་བར་ཐལ། གྲོལ་བའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པའི་སྤྱིར། དེར་

ཐལ། ཉོན་སྐྱབ་ཀྱན་བཏགས་སྤངས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་ན།  
 མི་འཐད་པར་ཐལ། ཆགས་སྐྱབ་ཅི་རིགས་དང་བཅས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ།  
 ཉོན་སྐྱབ་དང་བཅས་པའི་བྱིར་བེར་ན། ཆོག་ལ་འབྲིས་པར་གསལ་ལོ། ཁ་  
 ཅིག་སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཆོས་ཅན། དོན་དམ་པའི་སྐྱབས་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། ཀྱན་རྫོབ་པའི་སྐྱབས་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཀྱན་རྫོབ་གང་ཞིག་  
 སྐྱབས་ཡིན་པའི་བྱིར་བེར་ན། རྣམ་མཁུན་ཆོས་ཅན། རྒྱ་ལམ་ཤེས་ཡིན་པར་  
 ཐལ། རྒྱ་གང་ཞིག་ལམ་ཤེས་ཡིན་པའི་བྱིར། འཁོར་གསུམ། ཁ་ཅིག་ལོངས་  
 སྐྱ་ཆོས་ཅན། དོན་དམ་པའི་ཆོས་ཡིན་པར་ཐལ། དོན་དམ་པའི་སྐྱབས་ཡིན་  
 པའི་བྱིར། བྱིར་སྟེ། སྐྱབས་ཡིན་ན། ཆོས་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར་བེར་ན། མ་  
 བྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཀྱན་རྫོབ་པའི་ཆོས་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཀྱན་  
 རྫོབ་བདེན་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་  
 གྱི་ཆོས་ཉིད་ཆོས་ཅན། ཀྱན་རྫོབ་པའི་སྐྱབས་ཡིན་པར་ཐལ། ལམ་གྱི་བཟོད་  
 པ་མཐར་མ་བྱིན་པའི་སྐྱབས་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་ན། ཀྱན་རྫོབ་པའི་ཡོན་  
 ཏན་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར་བེར་ན། མ་བྱིར། ཁ་ཅིག་ཐེག་ཆེན་མཐོང་  
 ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་ཆོས་ཅན། དོན་དམ་པའི་སྐྱབས་ཡིན་པར་ཐལ། དོན་  
 དམ་པའི་ཆོས་དགོན་མཆོག་ཡིན་པའི་བྱིར། བེར་བ་དང་། ཐེག་ཆེན་མཐོང་  
 ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་པ་བ་ཆོས་ཅན། དོན་དམ་པའི་སྐྱབས་ཡིན་པར་ཐལ།



དོན་དམ་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཟེར་ན། སྤྲ་སྤྱིར་མ་  
བྱུང་། རོ་ན། ཆོད་མ་ཆོས་ཅན། མི་བསྐྱུ་བའི་ཆོས་ཡིན་པར་ཐལ། མི་བསྐྱུ་བའི་  
རིག་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཡུམ་བར་མ་ཆོས་ཅན། དེས་དོན་ཡིན་པར་ཐལ།  
དེས་དོན་གྱི་མདོ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། བྱུང་པ་འགྲིགས།

ཁ་ཅིག་ རྒྱ་སྐབས་དང་འབྲས་སྐབས་འགལ་བར་ཐལ། རྒྱའི་སྐབས་  
འགྲོ་དང་འབྲས་བྱའི་སྐབས་འགྲོ་འགལ་བའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། དེ་གཉིས་ཡིན་  
བྱུང་མཉམ་དུ་འདོད་མི་རིགས་པའི་སྤྱིར། ཟེར་ན། མ་བྱུང་། གོང་དུ་འདོད་ན།  
སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཆོས་ཅན། འབྲས་སྐབས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱ་  
སྐབས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། རང་དང་རྒྱད་ཐ་དད་དུ་གྱུར་པའི་སེམས་  
ཅན་གྱི་རྒྱ་སྐབས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། རང་དང་རྒྱད་ཐ་དད་པའི་  
སེམས་ཅན་ཡོད་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་དེ་རང་དང་  
རྒྱད་གཅིག་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱིས་ཉེར་ལེན་དང་རང་དང་རྒྱད་ཐ་དད་པའི་  
བྱང་སེམས་ཀྱིས་ལྟན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུ་བྱས་པ་ལས་འབྲས་པའི་སྤྱིར། འདོད་  
ན། དེ་ཆོས་ཅན། འབྲས་སྐབས་ཡིན་པར་ཐལ། རང་དང་རྒྱད་གཅིག་དུ་གྱུར་  
པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་འབྲས་སྐབས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་  
འཕགས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཁ་ཅིག་ སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་དང་རྒྱད་ཐ་དད་  
དུ་གྱུར་པའི་སེམས་ཅན་མེད་པར་ཐལ། སེམས་ཅན་ཡིན་ན། སངས་རྒྱས་

འཕགས་པའི་གོ་འཕང་མངོན་དུ་བྱེད་ངེས་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་  
ཁྲལ། འདོད་ན། བཀག་ཟིན་ཅིང་།

ཁ་ཅིག་འདོད་གསུངས་ཀྱང་། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དམན་ལམ་སྟོན་  
དུ་མ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་དང་རྒྱད་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན།  
དམན་ལམ་སྟོན་དུ་མ་སོང་བའི་གང་ཟག་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། མ་ཁྲལ་ཟེར་  
ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
དམན་ལམ་སྟོན་དུ་མ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་དེ་ཁྱོད་དང་རྒྱད་གཅིག་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཁྱོད་དང་རྒྱད་གཅིག་དང་ཐ་དད་གང་རུང་གང་ཞིག་  
དེ་ཁྱོད་དང་རྒྱད་ཐ་དད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཏྲགས་ཕྱི་མ་ཁས། འདོད་ན། ཁྱོད་  
དང་རྒྱད་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པའི་དམན་ལམ་སྟོན་དུ་མ་སོང་བའི་གང་ཟག་མེད་  
པར་ཐལ་ལོ། །གཞན་ཡང་། སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་དེ་དམན་ལམ་སྟོན་དུ་  
མ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་དང་རྒྱད་གཅིག་ཡིན་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་  
པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་དམན་ལམ་སྟོན་དུ་མ་སོང་གི་གང་ཟག་ཡིན་པར་  
ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན་སྒྲོལ། ཁ་ཅིག་ ཕྱི་རོལ་པའི་རྒྱད་ལ་སྒྲུབས་  
འགྲོ་ཡོད་པར་ཐལ། སྒྲུབས་འགྲོ་པལ་བ་ཡིན་ན། སྒྲུབས་འགྲོ་མིན་མི་དགོས་  
པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སྒྲུབས་འགྲོ་རྒྱད་ལ་ལྟན་པའི་ཕྱི་རོལ་བ་ཡོད་པར་ཐལ།  
འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་འདྲ་བའི་ཕྱི་རོལ་བ་ཆོས་ཅན། རང་བ་སངས་

རྒྱས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། སྐབས་འགྲོ་རྒྱད་ལ་ལྟན་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། འབ་སྟེ། ཕྱི་ནང་གི་བྱང་པར་སྐབས་འགྲོས་འབྲེད་པར་བཤད་པའི་  
ཕྱིར། ཟེར་ན། སྟོན་མེད་དེ། དེ་ནི་དགོན་མཆོག་ལ་སྐབས་སུ་སོང་བའི་  
སྐབས་འགྲོ་ལ་དགོངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ཆངས་པ་དང་། དབང་ལྷག་འབ་  
འཇུག་གསུམ་པོ་སྐབས་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལ་སྐབས་སུ་སོང་བའི་སྐབས་  
འགྲོ་སྐབས་འགྲོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། བྱོད་ཀྱི་སྐབས་མེད་པར་ཐལ།  
བྱོད་སྐབས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འབ་སྟེ། རྒྱད་ཟླ་མར། སྐབས་ནི་སྐབས་ལ་  
བརྟེན་མ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་འབྲལ། འདོད་ན། དེ་  
གསུམ་ཆོས་ཅན། བྱོད་ཀྱི་སྐབས་ཡོད་པར་ཐལ། བྱོད་སེམས་ཅན་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། དེ་ལ་ཁོ་ན་རེ། མགོན་སྐབས་མེད་པའི་སེམས་ཅན་མི་སྲིད་པར་ཐལ།  
སྐབས་མེད་པའི་སེམས་ཅན་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སེམས་ཅན་ཡིན་ན།  
བྱོད་ཀྱི་འབྲས་སྐབས་ཡོད་དགོས་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། །  
འགྲོ་བ་མགོན་མེད་ནམས་དང་ནི། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་  
འབྲལ།

ཁ་ཅིག་ བྱོད་ལ་སྐབས་སུ་སོང་བའི་གང་ཟག་ཡོད་ན། བྱོད་སྐབས་  
ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། ཆངས་པ་སྐབས་ཡིན་པ་ལ་རྒྱ་མཆོན་ཡང་དག་ཡོད་  
པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། མ་འབྲལ། འདོད་ན། སྟོན་ཤིང་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་

ཕྱིར། སྒྲོན་ཤིང་དག་ལ་སྐྱབས་འགྲོ་སྟེ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན།  
འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་སྐྱབས་སུ་ཐལ་ལོ། །ཁ་ཅིག་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་  
སྐྱབས་སུ་སོང་བའི་ཕྱི་རོལ་བ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བའི་ཕྱི་  
རོལ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཕྱི་རོལ་བ་དགོན་མཆོག་ལ་སྐྱབས་སུ་  
འགྲོ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། ཉགས་དེར་ཐལ། ཕྱི་རོལ་བ་འཆང་  
རྒྱ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ཕྱི་རོལ་བ་དང་རྒྱུད་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པའི་སངས་  
རྒྱས་འཕགས་པ་ཡོད་པར་ཐལ། ཕྱི་རོལ་བའི་འབྲས་སྐྱབས་སུ་གྱུར་པའི་  
སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་དང་རྒྱུད་གཅིག་ཏུ་  
གྱུར་པའི་སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཆོས་ཅན། ཕྱི་རོལ་བ་བྱས་པར་ཐལ། དེ་  
བྱེད་སྤོང་བའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། ཉགས་དེར་ཐལ། དེ་དང་རྒྱུད་གཅིག་ཏུ་  
གྱུར་པའི་སངས་རྒྱས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན།  
དེས་མི་དགོ་བ་ཡང་བྱས་པར་ཐལ་ལོ།

ཁ་ཅིག་སྒྲོན་པ་ལྟ་བུ་ཐུབ་པ་རང་དང་རྒྱུད་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པའི་བྱང་  
སེམས་ཀྱི་དུས་སུ་བྱང་སེམས་ཡིན་པ་ཐལ། དེ་དང་རྒྱུད་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པའི་  
བྱང་སེམས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སྒྲོན་པ་ལྟ་བུ་ཐུབ་པ་རང་དང་རྒྱུད་  
གཅིག་ཏུ་གྱུར་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་དུས་སུ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར་  
ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། ཁ་ཅིག་སྒྲོན་པ་ལྟ་བུ་ཐུབ་པ་དང་རྒྱུད་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པའི་

བྱང་སེམས་ཡིན་ན། སྟོན་པ་ལྟ་བུ་ཐུབ་པའི་དུས་སུ་མེད་དགོས་པར་ཐལ།  
སྟོན་པ་ལྟ་བུ་ཐུབ་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆེ། དེ་དང་རྒྱད་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པའི་  
བྱང་སེམས་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་སངས་རྒྱས་  
པའི་ཆེ་དེ་དང་རྒྱད་གཅིག་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་པའི་  
ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཡིན་ན། སྟོན་པ་ལྟ་བུ་ཐུབ་པའི་དུས་སུ་སྟོན་པ་ལྟ་བུ་ཐུབ་  
པ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། དེའི་དུས་སུ་མེད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་  
ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། རེ་ཞིག་མ་ཁྱབ། ཁོ་ན་རེ། སྟོན་པ་ལྟ་བུ་ཐུབ་པའི་  
ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ། སྟོན་པ་དེ་ཉིད་དང་རྒྱད་གཅིག་ཡིན་པར་ཐལ།  
རྣམ་ཤེས་དེ་དང་རྒྱད་གཅིག་པའི་སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། དེ་སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ལོངས་སྤྱི་  
ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
དེ་ལྟར་མིན་ན་གང་ཟག་རྣམས་ཡོད་པ་མེད་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། གོང་དུ་  
འདོད་ན། སྟོན་པ་ལྟ་བུ་ཐུབ་པ་དང་རྒྱད་གཅིག་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་ཡིད་ཀྱི་  
རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ། སྟོན་པ་ལྟ་བུ་ཐུབ་པ་དང་རྒྱད་གཅིག་ཡིན་པར་ཐལ།  
དམ་བཅའ་འཐད་པ་གང་ཞིག དེ་འདྲ་བའི་བྱང་སེམས་དེ་སྟོན་པ་ལྟ་བུ་ཐུབ་  
པ་དང་རྒྱད་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་འདྲ་བའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་ཡིད་  
ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཆོས་ཅན། སྟོན་པ་ལྟ་བུ་ཐུབ་པར་འགྱུར་སྲིད་པར་ཐལ།



ཁྱོད་དེ་དང་རྒྱུད་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པའི་བྱང་སེམས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 སྟོན་པ་ལྟ་བུ་ཐུབ་པ་དང་རྒྱུད་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་  
 གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་སྟོན་པ་ལྟ་བུ་ཐུབ་པ་དང་རྒྱུད་གཅིག་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་ཁས། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་དེར་འགྱུར་མི་  
 སྲིད་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་བ་རྣམས་ལ་དབྱུད་པར་  
 བྱེད།

### སྟོན་ལ།

༥ བཞི་པ་སྐྱབ་པ་ལ་རང་དབང་དུ་འཇུག་པའི་རྒྱ་སྟོན་ལྡེ་ལ་འདོམས་  
 པ་ནི། ལྟ་རིའི་བྱ་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོའི་ཤེས་པ་ལ་  
 གིས་དཔག་ཆད་བརྒྱ་མཐོང་བ་ཡོད་དོ། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་ཡུམ་བར་མའི་  
 མདོ་ཆོག་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་སྟོན་ལྡེ་ལ་འདོམས་པའི་གདམས་ངག་ཡིན་ཏེ།  
 ཁྱོད་ཀྱི་སྟོན་ལྡེའི་ཡུལ་ཡུལ་ཅན་རྣམས་དོན་དམ་པར་མ་གྲུབ་ཅིང་། ཐ་སྙད་  
 དུ་རྒྱུད་ལ་བསྟན་པར་བྱེད་ཞེས་འདོམས་པར་བྱེད་པའི་ཡུམ་ཀྱི་མདོ་ཆོག་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་འཆད་པ་ལ། ཅ་བར། སྟོན་ལྡེ་དང་ནི་ཞེས་དང་། འགྲེལ་  
 པར། ཤེས་དང་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་ལས་བྱུང་བའི་སྟོན་དང་ཤེས་རབ་དང་ཆོས་  
 དང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྟོན་གངས་རི་ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་དངོས་པོ་སོ་སོར་ངེས་པ་  
 དང་། ཞེས་པ་ནས། བསྐྱབ་བོ་ཞེས་སྟོན་པ་སྟོན་ལྡེ་ལ་འདོམས་པ་དང་། ཞེས་

པའི་བར་གསུངས།

འདིའི་སྐབས་སུ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་  
འཁྱེད་སྤྱོད་དེ་མིག་དབང་ག་ཟུགས་ཅན་པ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ།  
མིག་དབང་གིས་ག་ཟུགས་མི་མཐོང་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ག་ཟུགས་མཐོང་བ་  
ལ་མིག་ཤེས་དགོས་པའི་དོན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། མིག་  
ཤེས་མེད་པར་མིག་གིས་ག་ཟུགས་མཐོང་བར་མི་རུས་པའི་ཕྱིར། གཞན་  
ཡང་། འཁྱེད་སྤྱོད་དེ་མིག་དབང་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། འབྲུམ་གྱི་གཞོན་འཛོམས་ལས། ག་ཟུགས་འདི་ལ་འཇུག་པའི་  
ཤེས་པ་ནི་འཁྱེད་མིག་གོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་མི་འཐད་  
པར་ཐལ། འཁྱེད་སྤྱོད་དང་སྟའི་སྤྱོད་གཉིས་ཀ་ཡིད་ཤེས་སུ་འདོད་པ་ཡོད་  
མོད་ཡིད་ཤེས་དང་དབང་ཤེས་གང་དུ་འདོད་ཀྱང་ཤེས་པར་འདོད་དགོས་  
པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་འཁྱེད་སྤྱོད་ཡིན་ན། དཔག་ཚད་བརྒྱའི་ག་ཟུགས་སྤྱི་རགས་  
ཐམས་ཅད་མཐོང་བས་བྲུབ་ཟེར་ན། རེ་ཞིག་མི་འཐད་པར་ཐལ། འཁྱེད་སྤྱོད་  
དང་སྤྱོད་པ་འགའ་ཞིག་གིས་རང་གི་མདུན་གྱི་དེ་བཞིན་ག་ཤེས་པའི་རྒྱུད་  
གྱི་བསྐྱུས་པའི་ག་ཟུགས་སྤྱི་མོ་མཐའ་དག་མདོན་སུམ་དུ་མ་མཐོང་བའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། དེ་བཞིན་ག་ཤེས་པའི་རྒྱུད་གྱིས་བསྐྱུས་པའི་ག་ཟུགས་སྤྱི་མོ་  
མཐའ་དག་མདོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སེམས་ཅན་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།

དེ་ཡོད་ན། ལས་འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་སྤྱི་ཞིང་སྤྱི་བ་ཐམས་ཅད་མངོན་སུམ་དུ་  
 རྟོགས་པའི་སེམས་ཅན་ཡོད་པར་ཁས་སྦྱངས་པ་ལ་ཡང་གཞོད་བྱེད་མི་  
 འདུག་པར་འགྱུར་བའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ཤེས་སྤྱོད་ཡིན་ན། རྟོང་གསུམ་ཀྱི་  
 གཟུགས་སྤྱི་རགས་ཐམས་ཅད་མངོན་སུམ་དུ་མི་མཐོང་བས་བྱུང་བེད་ན།  
 སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་ཤེས་སྤྱོད་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་  
 ཐལ། ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པར་བྱིར། དེར་ཐལ།  
 མདོ་ལས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་ཤེས་སྤྱོད་མངའ་སྤྱོད་མཁུ་རབ་འབྱོར་  
 གྱིས་གསོལ་བ། བཅོམ་ལྡན་འདས་མངའ་ལགས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་  
 བྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། དཔག་ཆད་བརྒྱ་ནས་རྟོང་གསུམ་ཚུན་ཆད་ཀྱི་གཟུགས་  
 སྤྱི་རགས་ཐམས་ཅད་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བའི་ཤེས་པ། ཤེས་སྤྱོད་ཀྱི་མཆོན་  
 ཉིད་བེད་ན། རྣམ་མཁྱེན་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ། མཆོན་ཉིད་དེའི་  
 བྱིར། འདོད་ན། དབང་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་  
 ཏེ། ཡིད་ཤེས་ཡིན་པའི་བྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པའི་དབྱའི་གཙུག་ཏྱིར་གྱི་སྟོང་གི་རྩལ་སྤྱི་རགས་མངོན་སུམ་དུ་  
 མཐོང་བའི་སེམས་ཅན་མེད་པར་གསུངས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། མདོ་ལས།  
 དབྱའི་གཙུག་ཏྱིར་སྟར་མི་མངོན་པ། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་དེ་  
 འདྲ་བའི་དབང་ཤེས་དེ། ཤེས་སྤྱོད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་བེད་ན། སངས་རྒྱས་

འཕགས་པའི་སྟོན་གྱི་དབང་པོའི་ཉན་ཤེས་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ།  
 མཆོན་ཉིད་དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། མིག་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར།  
 འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཉན་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སྟེང་སྟོན་ཡིན་ན། སྟེང་  
 རྒྱུད་གྱི་སྟོན་ཡིན་པས་ཁྲབ་ཟེར་ན། སྟོན་པ་ལྟ་བུ་ཐུབ་པའི་སྟེང་སྟོན་ཆོས་  
 ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་  
 པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མདོ་ལས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་སྟེང་སྟོན་མངའ་  
 སྟེང་མཐའ། རབ་འབྱོར་གྱིས་གསོལ་བ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་སྟེང་སྟོན་  
 མངའོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། མིའི་རྒྱུད་གྱི་སྟོན་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སྟེང་སྟོན་རྒྱུད་གྱི་སྟོན་ཡིན་ན། སྟེང་སྟོན་ཡིན་པས་ཁྲབ་ཟེར་  
 ན། སྟེང་སྟོན་གྱི་ཆོས་གྱི་སྟོན་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་  
 ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མངའ་སྟེང་སྟོན་ལ་ཆོས་གྱི་སྟོན་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
 དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་སྟོན་སྟེང་སྟོན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཆོས་གྱི་  
 སྟོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སྟེང་སྟོན་མིག་དེ་སྟེང་སྟོན་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་ཞིག་  
 འདོད་ན། འདོད་གཟུགས་གྱི་སྟེང་སྟོན་ཅན་ཅན་གྱིས་སྟེང་སྟོན་ཐོབ་པར་ཐལ།  
 དམ་བཅའ་འཐད་པ་གང་ཞིག་ དེ་དག་སྟེང་སྟོན་མིག་དང་སྟོན་པའི་ཕྱིར། སྟེང་སྟོན་  
 དེར་ཐལ། སྟེང་སྟོན་མིག་ཅེས་པ་ནི། སྟེང་སྟོན་གྱི་མིག་ན་བ་སྟོན་སོགས་དབང་པོ་  
 རྒྱུག་པོ་གང་རུང་ལ་བྱེད་དགོས་པ་གང་ཞིག་ འདོད་གཟུགས་གྱི་སྟེང་སྟོན་

མིག་སྒྲ་དང་མི་ལྡན་པར་འདོད་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། མིའི་  
 མིག་ནི། མིའི་མིག་དབང་ལ་བྱེད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་མ་ཁྲབ་ཟེར་ན། གོང་དུ་  
 འདོད་ན། མི་འཐད་པར་ཐལ། ལྟའི་སྤྱན་མ་ཐོབ་པའི་ལྟ་ཡོད་པར་ཆོད་ལྡན་  
 གྱིས་བཤད་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ལྟའི་མིག་སྒྲ་གང་  
 རུང་ཡིན་ན། གཟུགས་ཅན་ཡིན་དགོས་པ་གང་ཞིག་ལྟའི་སྤྱན་ཡིན་ན། ཞེས་  
 པ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དབྱེད་དོ། ཁ་ཅིག་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
 ལས་དང་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་གིས་སྐྱེ་བ་ལེན་པ་དང་འཆི་འཕོ་བ་མངོན་  
 སུམ་དུ་མཐོང་བའི་རིག་པ། ལྟའི་སྤྱན་གྱི་མཆན་ཉིད་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་  
 ཐལ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལས་ཉོན་གྱིས་དབང་གིས་སྐྱེ་བ་ཡང་མི་ལེན།  
 འཆི་འཕོ་བ་ཡང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཏྲགས་གཉིས་པོ་དེར་ཐལ། རུང་སེམས་  
 འཕགས་པ་ཐམས་ཅད་དང་དབྱ་བཅོམ་པ་རྣམས་ལས་ཉོན་གྱི་སྐྱེ་བ་དང་འཆི་  
 བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཏྲགས་སྟེ། ཁ་ཅིག་སྟོང་ཉིད་ཏྲགས་པའི་ཡེ་ཞེས་ཡིན་  
 ན། ཞེས་རབ་གྱི་སྤྱན་ཡིན་པས་ཁྲབ་ཟེར་ན། སྟོང་ཉིད་དོན་སྤྱིའི་ཚུལ་གྱིས་  
 ཏྲགས་པའི་ཡེ་ཞེས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། མངོན་སུམ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཏྲག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 ཁ་ཅིག་ཞེས་རབ་གྱི་སྤྱན་ཡིན་ན། ཞེས་རབ་ཡིན་པས་ཁྲབ་ཟེར་ན། དོན་  
 དམ་སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཞེས་རབ་གྱི་



སྤྱོད་ཡིན་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། སེམས་བྱང་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྤྱིར།  
འདོད་མི་རུས་ཏེ། གཙོ་སེམས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཁ་ཅིག་རང་གི་གཞལ་བྱར་  
གྱུར་པའི་བདག་མེད་སྤྱོད་རགས་གང་རུང་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་རིག་པ།  
ཞེས་རབ་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཟེར་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་  
ཞལ་སྤྱོད་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ། མཆན་ཉིད་དེའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ།  
སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཞེས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། ཡེ་  
ཞེས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྤྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། ཁ་ཅིག་གང་ཟག་  
ཐམས་ཅད་དབང་པོ་རྣེ་རྒྱལ་ཀྱི་རིམ་བ་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བའི་ཡེ་ཞེས།  
ཆོས་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། གང་ཟག་ཐམས་  
ཅད་ལ་དབང་པོ་རྣེ་རྒྱལ་ཀྱི་རིམ་བ་མི་འཐད་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། འཕགས་  
པའི་གང་ཟག་ཐམས་ཅད་ལ་དེ་མེད་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་  
འཕགས་པ་ཐམས་ཅད་ལ་དེ་མེད་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཐམས་ཅད་ལ་  
དབང་རྒྱལ་མེད་པའི་སྤྱིར། དེ་ཞིག་སོང་། གཞན་ཡང་། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ།  
སེམས་ཅན་གྱིས་སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་དབང་པོའི་རིམ་བ་  
མཐའ་དག་མངོན་སུམ་དུ་མ་རྟོགས་པའི་སྤྱིར། ཁ་ཅིག་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
མངོན་སུམ་སྤྱོད་རགས་པའི་རིག་པ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཟེར་  
ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་མིག་ཞེས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་སྤྱིར།

འདོད་ན། ཡེ་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། །འདོད་ན་སྒྲོལ། ཁ་ཅིག་སྐྱེན་ལྔ་གང་  
རུང་རྒྱུད་ལ་ལྷན་པའི་ཐེག་དམན་པ་མེད་ཟེར་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དག་  
བཅོམ་པ་མ་འགག་པ་ལྷའི་སྐྱེན་དང་ལྷན་པའི་མཆོག་ཏུ་བསྐྱབས་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་རང་ལུགས་བཞག་པ་ལ།      སྐྱེན་ལྔའི་ནང་ཆོན་གང་ཞིག  
དཔག་ཆད་བརྒྱ་སོགས་ཀྱི་གཟུགས་སྤྲ་རགས་གང་རུང་མངོན་སུམ་དུ་  
མཐོང་བའི་སྒྲོན་ས་སྐྱེན་དུ་བཞག་པས་རབ་ཏུ་སྤྱེ་བ་དེ། ཤེས་སྐྱེན་གྱི་མཆོན་  
ཉིད། སྐྱེན་ལྔའི་ནང་ཆོན་གང་ཞིག་རང་གི་གཞལ་བྱར་གྱུར་པའི་སེམས་ཅན་  
སྤྱེ་བ་ལེན་པ་དང་འཆི་བ་གང་རུང་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བའི་སྒྲོན་ས་སྐྱེན་དུ་  
བཞག་པས་རབ་ཏུ་སྤྱེ་བ་དེ། ལྷའི་སྐྱེན་གྱི་མཆོན་ཉིད། སྐྱེན་ལྔའི་ནང་ཆོན་  
གང་ཞིག་རང་གི་གཞལ་བྱར་གྱུར་པའི་བདག་མེད་སྤྲ་རགས་ཅི་རིགས་པ་  
མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སྒྲོན་ས་སྐྱེན་དུ་བཞག་པས་རབ་ཏུ་སྤྱེ་བ་དེ། ཤེས་  
རབ་ཀྱི་སྐྱེན་གྱི་མཆོན་ཉིད། སྐྱེན་ལྔའི་ནང་ཆོན་གང་ཞིག་རང་གི་གཞལ་  
བྱར་གྱུར་པའི་འཕགས་པའི་གང་ཟག་གི་དབང་པོའི་རིམ་པ་དང་གསུང་རབ་  
ཀྱི་ཆོག་དོན་ཅི་རིགས་པ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སྒྲོན་ས་སྐྱེན་དུ་བཞག་  
པས་རབ་ཏུ་སྤྱེ་བ་དེ། ཆོས་ཀྱི་སྐྱེན་གྱི་མཆོན་ཉིད། སྐྱེན་ལྔའི་ནང་ཆོན་གང་  
ཞིག་ཆོས་ཐམས་ཅད་མངོན་སུམ་དུ་གཟིགས་པའི་ཡེ་ཤེས་མཐར་ཐུག་དེ།  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐྱེན་གྱི་མཆོན་ཉིད།      འདི་དག་ནི་མཁས་པ་གཞན་འགའ་

ཞིག་དང་། བྱད་པར་མཁས་གྲུབ་བསྟན་དར་བའི་བཞེད་པ་དང་བསྟན་པ་ཡིན་  
ལ། འོན་ཀྱང་། གསེར་ཐང་དང་རྣམ་བཤའ་གཞིར་འཛོག་ན། སྤྱན་དང་པོ་  
གཉིས་གཟུགས་ཅན་དང་བར་དངོས་སྤྱ་བཤའ་པས་དེ་ལྟར་བྱའོ།

གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྒྲོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་མིག་དབང་གིས་གཟུགས་མི་  
མཐོང་བར་ཐལ། འདི་སྤྱན་དང་ལྟའི་སྤྱན་མིག་དབང་མ་ཡིན་པ་ལ་རྒྱ་མཚན་  
ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། མིག་གིས་གཟུགས་མཐོང་  
བ་དང་། རྣ་བས་སྒྲ་ཐོས་པ་འཛིག་རྟེན་ན་གྲགས་པ་ལྟར་མི་འདོད་ན། འཛིག་  
རྟེན་གྲགས་པས་གཞོད་པའི་ཕྱིར་བེར་ན། འོ་ན། རྒྱང་པས་འདེགས་འཛོག་  
བྱེད་པའི་གཞིའི་ལམ་འདི་ལམ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་འཛིག་རྟེན་ན་གྲགས་  
པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་ཁས། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཤེས་པ་ཡིན་པར་ཐལ་  
ལོ། །འདོད་མི་རྒྱས་སོ། ཁ་ཅིག་ཐེག་དམན་པའི་རྒྱུད་ལ་ལྟའི་སྤྱན་མེད་པར་  
ཐལ། རྣམ་བཤའ་ལས། འདི་སྤྱན་ཆོགས་ལམ་ནས་དང་། ལྟའི་སྤྱན་སྒྲོར་  
ལམ་དང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་སྤྱན་མཐོང་ལམ་དང་། ཆོས་ཀྱི་སྤྱན་མཐོང་ལམ་  
རྗེས་ཐོབ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་དང་། རྗེས་མཐུན་པ་  
ས་བརྒྱད་པ་ནས་ཡོད་དོ་ཞེས་གསུངས་པ་དེ། ཐེག་ཆེན་ལ་དགོངས་པའི་  
ཕྱིར་བེར་ན། མ་བྱབ་སྟེ། དེ་ནི་ཐེག་ཆེན་ལམ་ཀྱི་ཐོབ་སྐལ་བཅིས་པའི་དབང་  
དུ་བྱས་པ་ཡིན་གྱི་ས་མཚམས་དངོས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

## མངོན་ཤེས།

༥ ལྷ་པ་སྐྱབ་པ་སྐྱར་དུ་རྫོགས་པའི་རྒྱ་མངོན་ཤེས་དུག་ལ་འདོམས་  
 པ་ནི། ཤེས་ཕྱིན་ལ་སྒྲོད་པའི་བྱང་ཆེན་མངོན་ཤེས་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་  
 འཕྲོབ་སྟེ། རྒྱ་འབྲུལ་གྱི་རྣམ་པ་དུ་མ་ཉམས་སུ་སྒྲོང་བར་བྱེད་དོ། །ཞེས་སོགས་  
 ཀྱི་ཡུམ་བར་མའི་མདོ་ཆོག་ཆོས་ཅན། བྱོད་མངོན་ཤེས་དུག་ལ་གདོམས་  
 པའི་གདམས་ངག་ཡིན་ཏེ། བྱོད་ཀྱིས་མངོན་ཤེས་དུག་པོ་དེ་དོན་དམ་པར་  
 མེད་ཅིང་ཐ་སྙད་དུ་རྒྱད་ལ་བསྟེན་པར་འོས་སོ་ཞེས་འདོམས་པར་མཛད་  
 པའི་ཕྱིར། དེ་འཆད་པ་ལ། ཅུ་བར། མངོན་ཤེས་ཀྱི། ཡོན་ཏན་དུག་དང་། ཞེས་  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར། འབྲེལ་པ་ལས། རྒྱ་འབྲུལ་དང་སྟེ་རྣ་བ་དང་གཞན་གྱི་  
 སེམས་ཤེས་པ་དང་། སྟོན་གྱི་གནས་རྗེས་སུ་བྱན་པ་དང་། ཞེས་པ་ནས། ཞི་  
 བ་ཉིད་དུ་རྫོགས་པར་བྱའོ་ཞེས་སྟོན་པ་མངོན་པར་ཤེས་པ་དུག་ལ་འདོམས་  
 པ་དང་། ཞེས་པའི་བར་གསུངས།

འདིའི་སྐབས་སུ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་ན་རེ།  
 རྒྱ་འབྲུལ་ཡིན་ན། རྒྱ་འབྲུལ་གྱི་མངོན་ཤེས་ཡིན་པས་བྱེད་ཅེས་ན། དེ་མི་  
 འཐད་པར་ཐལ། ལུས་ཀྱི་སྒྲུལ་བསྐྱར་སྒྲ་ཆོགས་སྟོན་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། བྱེད་  
 ཟེ། རྒྱ་འབྲུལ་གྱི་མངོན་ཤེས་ཡིན་ན། ཤེས་པ་ཡིན་དགོས་པ་གང་ཞིག་དེ་  
 འདྲ་བའི་སྒྲུལ་བསྐྱར་དེ་ཤེས་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སྒྲུལ་བསྐྱར་སྒྲ་

ཆོག་གས་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་རིག་པ། རྩ་འབྲུལ་གྱི་མངོན་ཤེས་གྱི་  
 མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། མངོན་ཤེས་མ་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱད་གྱི་སྤྱུལ་བསྤྱར་  
 ལྷ་ཆོག་གས་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་མིག་ཤེས་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་  
 ཐལ། མཆོན་ཉིད་དེའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། དེ་  
 ཡོད་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་གྱི་ཆོ་འབྲུལ་སྟོན་པ་  
 མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བའི་མངོན་ཤེས་མ་ཐོབ་པའི་སེམས་ཅན་ཡོད་པའི་  
 སྤྱིར། དེར་ཐལ། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པས་ཆོ་འབྲུལ་བསྟན་པའི་ཆེ་མངོན་  
 ཤེས་མ་ཐོབ་པའི་ལྷ་མི་མང་པོས་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བའི་སྤྱིར། འདོད་ན་  
 སྒྲ། གཞན་ཡང་། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་མིག་ཤེས་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་  
 དེར་ཐལ། མཆོན་ཉིད་དེའི་སྤྱིར། འདོད་ན། ཡེ་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། སངས་  
 རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱད་གྱི་མངོན་ཤེས་པའི་སྤྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ།

ཁ་ཅིག རང་གི་སེམས་ཉིན་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ལ་བརྟེན་  
 བས་སྦྱེས་ཤིང་། སྤྱུལ་བསྤྱར་སྤྲ་ཆོག་གས་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སྒྲོམ་བྱུང་  
 གི་རིག་པ། རྩ་འབྲུལ་གྱི་མངོན་ཤེས་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། ལས་དབང་ཅམ་  
 གྱིས་ཐོབ་པའི་རྩ་འབྲུལ་གྱི་མངོན་ཤེས་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ།  
 མཆོན་བྱ་དེའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་  
 སྤྱིར། དེར་ཐལ། མངོན་ལས། རྩ་འབྲུལ་སྟོན་དང་སྤྲུགས་དང་ནི། །ལས་ལས་



སྐྱེས་དང་རྣམ་པ་བཞི། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། འདོད་ན། སྒོམ་བྱང་ཡིན་  
 པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་སོ། །ཁ་ཅིག་སྐྱ་ཕྱ་རགས་ཐམས་  
 ཅད་མངོན་སུམ་དུ་ཐོས་པའི་རིག་པ། ལྟའི་རྣ་བའི་མངོན་ཤེས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་  
 ཟེར་ན། ལོངས་སྐྱའི་རྣ་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ།  
 མཆོན་ཉིད་དེའི་བྱིར། འདོད་ན། ཡིད་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར།  
 འདོད་མི་རྒྱས་སོ། །གཞན་ཡང་། བྱི་རོལ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ལྟའི་རྣ་བའི་མངོན་ཤེས་  
 ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་  
 དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཀྱན་བརྟམས་ལས། བྱི་རོལ་  
 པའམ། ཉན་ཐོས་སམ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའང་རུང་སྟེ། དག་པའི་བསམ་  
 གཏན་བཞི་ལ་བརྟེན་ནས་ཆད་མེད་པ་རྣམས་མངོན་པར་སྐྱབ་པོ། ཆད་མེད་  
 པ་རྣམས་རི་ལྷ་བར་མངོན་པར་ཤེས་པ་ལྷ་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་  
 པའི་བྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། ལོངས་སྐྱས་ཆོས་སྟོན་པའི་སྐྱ་ཐམས་ཅད་  
 མངོན་སུམ་དུ་མ་ཐོས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། སོ་སྐྱའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཤེས་པ་ཡིན་  
 པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། རང་གི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་རྒྱུན་མིག་གི་  
 དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་གཟུགས་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བའི་  
 མངོན་ཤེས། ལྟའི་མིག་གི་མངོན་ཤེས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་  
 པར་ཐལ། ལྟའི་མིག་གི་མངོན་ཤེས་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་རྒྱུན་དུ་

གྱུར་པའི་མིག་དབང་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ལྟའི་མིག་གི་མངོན་ཤེས་དེ་  
 དབང་ཤེས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཡིད་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་  
 ཐལ། མངོན་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་བཤད་ལས། མངོན་ཤེས་  
 བྱི་དེའི་བདག་རྒྱུན་ལ་བརྟེན་པ་ཆོས་གཉིས་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་ཡིད་  
 གྱི་ཤེས་པའོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། །ཁ་ཅིག་གིས་རང་གི་བདག་རྒྱུན་ལ་  
 བརྟེན་ནས་སྤྱི་ཤེས་ཆེ་རབས་སྤྲུལ་མ་བརྒྱ་སྟོང་དྲན་པའི་རིག་པ། སྟོན་གནས་  
 རྗེས་དྲན་གྱི་མངོན་ཤེས་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། ཆེ་རབས་སྤྲུལ་མ་བརྒྱ་ཅུ་མ་  
 ཞིག་དྲན་པའི་སྟོན་གནས་རྗེས་དྲན་གྱི་མངོན་ཤེས་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་  
 དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། སྟོན་གནས་  
 རྗེས་དྲན་གྱི་མངོན་ཤེས་དེ་ལ་ཡུལ་མཐོང་བ་ལ་རྒྱ་ཆེ་ཆུང་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
 འདོད་ན། དེས་ཆེ་རབས་སྤྲུལ་མ་སྟོང་དྲན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་  
 མི་རུས་སོ། །ཁ་ཅིག་རང་གི་བདག་རྒྱུན་དུ་གྱུར་པའི་བསམ་གཏན་བཞིའི་  
 སེམས་རྟེན་ལ་བརྟེན་ནས་རང་གཞན་གྱི་སེམས་འདོད་ཆགས་དང་བཅས་  
 བྲལ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་རིག་པ། གཞན་སེམས་ཤེས་པའི་མངོན་  
 ཤེས་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་གྱི་གཞན་སེམས་  
 ཤེས་པའི་མངོན་ཤེས་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དེར་ཐ། མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར།  
 འདོད་ན། མངོན་ཤེས་དེས་སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ལ་འདོད་ཆགས་

དང་བཅས་པར་རྟོགས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེས་དེའི་རྒྱད་  
ལ་འདོད་ཆགས་ཡོད་པར་རྟོགས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་  
སོ། །ཁ་ཅིག་ རང་གི་ཉོན་སྐྱབ་སྤོང་བའི་ཐབས་དང་ཉོན་སྐྱབ་སྤངས་པའི་  
སྤངས་པ་གང་རུང་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་རིག་པ། ཟག་པ་བྱེད་པའི་  
མངོན་ཤེས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱད་ཀྱི་དབང་  
ཤེས་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ། མཆོན་ཉིད་དེའི་ཕྱིར། རྟགས་  
སྤོ། །གཞན་ཡང་། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཉོན་སྐྱབ་སྤོང་བའི་ཐབས་མངོན་  
སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སོ་སྤྱེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་ཐོབ་པའི་  
ཐབས་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སོ་སྤྱེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། སངས་  
རྒྱས་ཐོབ་པའི་ཐབས་མངོན་སུམ་རྟོགས་ན། དེ་ཐོབ་པའི་ཐབས་མཐའ་དག་  
མངོན་སུམ་རྟོགས་དགོས་པར་ཐལ། མ་གྲུབ་པ་དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཆོས་  
རྟོགས་ན། ཆོས་མཐའ་དག་རྟོགས་དགོས་པར་ཐལ་ལོ།

གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ་མངོན་ཤེས་དུག་གི་ནང་ཆོན་གང་ཞིག་ སྤྱལ་  
བསྐྱར་སྤྲོ་ཆོགས་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སྒོ་ནས་མངོན་ཤེས་སུ་བཞག་  
པས་རབ་དུ་སྤྱེ་བ། རྩ་འབྲུལ་གྱི་མངོན་ཤེས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད། དེ་གང་ཞིག་རང་  
གི་བདག་སྐྱོན་དུ་གྱུར་པའི་ན་བའི་དབང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྲོ་སྤྲོ་རགས་མངོན་  
སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སྒོ་ནས་མངོན་ཤེས་སུ་བཞག་པས་རབ་དུ་སྤྱེ་བ། ལྟའི་ན་

བའི་མངོན་ཤེས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། དེ་གང་ཞིག་རང་གི་བདག་སྐྱོན་དུ་གྱུར་པའི་  
 མིག་དབང་ལ་བརྟེན་ནས་གཟུགས་སྤྲ་རགས་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སྒོ་  
 ནས་མངོན་ཤེས་སུ་བཞག་པས་རབ་ཏུ་སྤྱེ་བ། ལྟའི་མིག་གི་མངོན་ཤེས་ཀྱི་  
 མཚན་ཉིད། དེ་གང་ཞིག་གཞན་གྱི་ཆེ་རབས་སྤྲ་མ་རྗེས་སུ་བྱ་བའི་སྒོ་ནས་  
 མངོན་ཤེས་སུ་བཞག་པས་རབ་ཏུ་སྤྱེ་བ། སྒོན་གནས་རྗེས་བྱ་བའི་མངོན་  
 ཤེས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། དེ་གང་ཞིག་གཞན་སེམས་ཤེས་པའི་སྒོ་ནས་མངོན་  
 ཤེས་སུ་བཞག་པས་རབ་ཏུ་སྤྱེ་བ་དེ། གཞན་སེམས་ཤེས་པའི་མངོན་ཤེས་ཀྱི་  
 མཚན་ཉིད། དེ་གང་ཞིག་ཉོན་སྤྲོད་སྤངས་པའི་སྤངས་པ་མངོན་དུ་བྱས་པའི་  
 སྒོ་ནས་མངོན་ཤེས་སུ་བཞག་པས་རབ་ཏུ་སྤྱེ་བ་དེ། ཟག་པ་བྱང་པའི་མངོན་  
 ཤེས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དོ།

གསུམ་པ་ཚེད་པ་སྤྲོད་བ་ལ། ཁ་ཅིག་ ལྟའི་མིག་གི་མངོན་ཤེས་དེ་  
 དབང་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་ལྟའི་ན་བའི་མངོན་ཤེས་གཉིས་ལྷང་མ་  
 བསྟན་དང་། ལྟག་མ་བཞི་དགོ་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། མངོན་ལས། མིག་  
 དང་ན་བའི་མངོན་ཤེས་ནི། །ལྷང་མ་བསྟན་དང་ལྟག་ནམས་དགོ། །ཞེས་  
 གསུངས་པའི་སྤྱིར། ཟེར་ན། སྒྱུན་མེད་དེ། དེ་ནི་སྤྱེ་བྲག་སྤྲོ་བའི་ལྷགས་ཡིན་  
 པའི་སྤྱིར། ཁ་ཅིག་ མངོན་ཤེས་དུག་པོ་རྒྱུད་ལ་ལྟན་པའི་སྤྱི་རོལ་པ་ཡོད་པར་  
 ཐལ། མངོན་ཤེས་དང་པོ་སྤྲ་རྒྱུད་ལྟན་གྱི་སྤྱི་རོལ་པ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། ཟེར་ན།

མ་ཁྲབ། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། ཟག་ཟད་གི་མངོན་ཤེས་རྒྱད་ལ་ལྡན་པའི་ཕྱི་རོལ་  
པ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་རྒྱད་ལྡན་གི་གང་ཟག་ཡིན་ན། དག་བཙུམ་པ་  
ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར།

### དགེ་འདུན་ཉི་ཤུ།

༺ དགེ་འདུན་དགོན་མཆོག་གྱེ་བྲག་རྩ་བཤད་པ་ནི། དབང་པོ་རྩལ་  
དང་རྣོན་པོ་དག་ཅེས་པ་ནས། །བསེ་རུ་དང་ནི་ཉི་ཤུའོ། །ཞེས་པའི་བར་  
གསུངས། འདི་ལ་གཉིས། ཆོག་དོན་དང་། སྤྱིར་བསྟན་པའོ། །

དང་པོ་ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་དོན་གྱི་དགེ་འདུན་ཉི་ཤུ་  
དང་། མཆོན་བྱེད་དཔའི་དགེ་འདུན་ཉི་ཤུ་ཡོད་པའི་ནང་ནས། དང་པོ་མཆོན་  
བྱ་དོན་གྱི་དགེ་འདུན་ཉི་ཤུ་ཡོད་དེ། རྒྱན་ཞུགས་ཞུགས་པའི་མིང་ཅན་ནས་  
བསེ་རུ་ལྟ་བུའི་མིང་ཅན་གྱི་བར་ཉི་ཤུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེ་ཡང་གང་ཞེ་ན།  
ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ལ་གནས་པའི་སེམས་དཔའ་ཆོས་  
ཅན། ཁྱོད་ལ་རྣམ་པ་གཉིས་ཡོད་དེ། ཁྱོད་ལ་རྒྱན་ཞུགས་ཞུགས་པ་དབང་པོ་  
རྩལ་པོ་དང་། དབང་པོ་རྣོན་པོའི་མིང་ཅན་གཉིས་དག་རྩ་བཤད་པའི་ཕྱིར། གཞུང་  
འདིས་རྒྱན་ཞུགས་འབྲས་གནས་ཅམ་པོ་བའི་མིང་ཅན་ཤུགས་ལ་བསྟན་པ་  
དང་། དད་དང་མཐོང་ཐོབ་ཅེས་པས་སྤྱིར་འོང་དང་སྤྱིར་མི་འོང་གི་ཞུགས་  
པའི་མིང་ཅན་གཉིས་དང་། དིགས་ནས་དིགས་ཞེས་པས་རྒྱན་ཞུགས་འབྲས་



གནས་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་མིང་ཅན་གཉིས་དང་། རྒྱགས་བསྟན་སྤྱིར་འོང་  
འབྲས་གནས་ཅམ་པོ་བའི་མིང་ཅན་དང་། བར་ཆད་གཅིག་ཅེས་པས་སྤྱིར་  
འོང་འབྲས་གནས་ཁྱད་པར་ཅན་ཆེ་གཅིག་བར་ཆད་གཅིག་པའི་མིང་ཅན་  
དང་། བར་ཞེས་པས་སྤྱིར་མི་འོང་གི་མིང་ཅན་བར་འདའ་བ་དང་། སྤྱིས་ནས་  
དང་ཞེས་པས་སྤྱི་འདའ་བ་དང་། བྱེད་དང་ཞེས་པས་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་  
དང་བཅས་ཏེ་འདའ་བ་དང་། བྱེད་མིན་ཞེས་པས་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་མེད་  
པར་འདའ་བ་སྟེ། སྤྱིར་མི་འོང་གི་མིང་ཅན་བཞི་དང་། འོག་མིན་འགོ་ཞེས་  
པས་བསྟན་པ་འོག་མིན་འགོ་བའི་མིང་ཅན་དབྱེ་གཞིར་བྱས་ནས། དེ་ལ་སྤྱི་  
བའི་འཕར་བ་གསུམ་གྱི་མིང་ཅན་འཕར་གསུམ་ཞེས་པས་བསྟན་པ་དང་།  
སྤྱིད་ཅེའི་མཐར་ཐུག་འགོ། གཟུགས་ཀྱི་ཆགས་བཅོམ་ཞེས་པས་དེ་འདྲ་བའི་  
མིང་ཅན་དབྱེ་གཞིར་བྱས་ནས། དེ་ལས་སྤྱི་བའི་སྤྱིར་མི་འོང་མཐོང་ཆོས་ཞི་  
ལུས་མངོན་བྱེད་གཉིས་རིམ་པ་བཞིན་དུ། མཐོང་བ་ཡི། ཆོས་ལ་ཞི་ལུས་  
མངོན་སུམ་བྱེད། །ཅེས་པས་བསྟན་པ་དང་། རྒྱགས་བསྟན་དབྱེ་བཅོམ་  
ཞུགས་པའི་མིང་ཅན་གཅིག་དང་། བསེ་རུ་ཞེས་པས་བསེ་རུ་རང་སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་མིང་ཅན་བསྟན་ཏོ། །དང་ནི་ཉི་ཤུ་འོ་ཞེས་པ་རང་རྒྱལ་གྱི་མིང་ཅན་དེ་  
དང་བཅས་པའི་མཆོན་བྱ་དོན་གྱི་དགོ་འདུན་ཉི་ཤུ་ཡོད་ཅེས་པའོ། །དེ་དག་  
གི་དོན་འཆད་པ་ལ། འབྲེལ་པ་ལས། འཆད་པར་འགྱུར་བའི་ལམ་ཞེས་པ་

ཉིད་ཀྱི་བསྐྱུས་པ། ཞེས་པ་ནས། དེའི་འོག་ཏུ་རང་སངས་རྒྱས་ཏེ་ཉི་ཤུ་འོ་  
 ཞེས་པའི་བར་གསུངས། གཞུང་འདི་དག་གང་ལས་འཕྲོས་པ་ཡོད་དེ། སྤར་  
 ཀྱི་དགོ་འདུན་དགོན་མཆོག་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་གཞུང་གི་མདོ་རྣམས་དང་བྱང་  
 པར་ཡུམ་གྱི་མདོ་ལས། བཅོམ་ལྡན་འདས་གང་ཞིག་ཤེར་ཕྱིན་གྱིས་གནས་  
 པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་གང་ནས་ཤེ་འཕོས་ནས་འདིར་སྐྱེས་པ་  
 ལགས། ཞེས་སོགས་ཀྱི་མདོ་ལས་འཕྲོས་པའི་བྱིར།

༥ གཉིས་པ་སྤྱི་འོ་དོན་ལ་མཐའ་དཔྱོད་དང་བཅས་ཏེ་རྒྱས་པར་བཤའ་  
 ར་མང་བར་དོགས་པས། དོན་གྱི་སྤྱིང་པོ་བསྐྱུས་ཏེ་བཤའ་པ་ལ་གསུམ།  
 གཞུང་གིས་དགོ་འདུན་ཉི་ཤུ་པོ་རྩེ་ལྟར་བསྟན་ཚུལ། བསྟན་པའི་མཆོན་བྱ་  
 དོན་གྱི་དགོ་འདུན་དང་། མཆོན་བྱེད་དཔའི་དགོ་འདུན་རྣམས་ཀྱི་དབྱེ་བ་  
 ཅུང་ཟད་བཤའ་པའོ། །དང་པོ་ནི། དབང་པོ་རྩལ་དང་རྣོན་པོ་དག་ཅེས་སོགས་  
 ཀྱི་སྐབས་སུ་དགོ་འདུན་ཉི་ཤུ་བསྟན་ཚུལ་ལ་བཞེད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་དེ།  
 སློབ་དཔོན་འཕགས་པས་དངོས་སུ་བསྟན་པ་འོག་མིན་མཐར་ཐུག་འགོ་ནས་  
 སྤྱི་ཅེའི་མཐར་ཐུག་འགོ་བའི་བར་ལྷ་པོ་ལ་གོང་འཕོ་ཞེས་ཉི་ཤུའི་ཡ་གྲལ་  
 གཅིག་ཏུ་བྱས་ནས། གཞུང་གིས་དངོས་སུ་བེན་པ་བཙུ་བྱུག་དང་། བརྒྱད་པ་  
 རྒྱན་ཞུགས་ཞུགས་པའི་མིང་ཅན་གཅིག་དང་། བར་པ་གཉིས་ཀྱི་འབྲས་  
 གནས་ཅུ་མ་པོ་བ་གཉིས་དང་དབྱ་བཅོམ་ཞུགས་པའི་མིང་ཅན་དང་བཞི་

བསྐྱོན་ནས་ཉི་ཤུར་འཆད་པའི་ཕྱིར།      སློབ་དཔོན་སེངྒེ་བཟང་པོས་རྒྱན་  
 བྱས་ཀྱི་སློབ་ལ་དངོས་སུ་བེན་པ་བཞི་    དང་། རྒྱན་བྱས་འབྲས་གནས་  
 ཙམ་པོ་བས་ཁ་བསྐྱང་ནས་ལྷ་དང་།    ཕྱིར་འོང་གི་སློབ་ལ་དངོས་སུ་བེན་པ་  
 གཉིས་དང་། འབྲས་གནས་ཙམ་པོ་བས་ཁ་བསྐྱང་བ་གསུམ་དང་། ཕྱིར་མི་  
 འོང་གི་སློབ་ལ་ཞུགས་པ་དང་བཅས་བཅུ་དངོས་སུ་བེན་པ་དང་། དབྱ་བཙམ་  
 ཞུགས་པས་ཁ་བསྐྱང་སྟེ་བསེ་རུ་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མིང་ཅན་དངོས་སུ་  
 བེན་པས་ཉི་ཤུར་འབྲེད་པ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་བཤད་ལས། གཞུང་གི་དངོས་སུ་  
 བེན་པ་བཅུ་བདུན་དང་།      གསུམ་ཁ་བསྐྱང་ནས་ཉི་ཤུར་མཛད་དོ། །ཞེས་  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར། དེ་ཡང་དད་དང་མཐོང་ཐོབ་ཅེས་པས་འབྲས་བྱ་བར་པ་  
 ལ་ཞུགས་པའི་མིང་ཅན་གཉིས་བསྐྱོན་པར་བཞེད་ལ། འོག་མིན་མཐར་ཐུག་  
 འགོ་དང་སྤྱིད་རྩེའི་མཐར་ཐུག་འགོ་གཉིས་དངོས་སུ་བེན་ཡང་དེ་གཉིས་ཉི་  
 ཤུའི་གངས་ལ་མི་འདྲེན་པར། དང་པོ་དབྱེ་གཞིར་བྱས་ནས་འཕར་བ་གསུམ་  
 དང་།    ཕྱི་མ་དབྱེ་གཞིར་མཛད་ནས་མཐོང་ཆོས་ཞི་དང་ལུས་མདོན་བྱེད་  
 གཉིས་ཏེ་ལྷ་འདྲེན་ནོ།

གཉིས་པ་མཆོན་བྱ་དོན་གྱི་དགོ་འདུན་ནི་ལྷར་བཤད་པ་དེ་དག་ལ་  
 བྱེད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་ཐེག་ཆེན་འཕགས་པ་དབྱེ་གཞིར་བྱས་ནས་དེ་ལས་  
 ཕྱེ་བའི་ཉི་ཤུ་པོ་དེ་དང་དེ་དག་ལ་རྒྱན་བྱས་ཞུགས་པ་སོགས་ཀྱི་མིང་གི་

ཐ་སྙད་བཏགས་པ་ལས་དེ་དང་དེ་དག་གི་མིང་ཅན་ཞེས་བྱར་རུང་ཡང་།  
 རྒྱུན་ཞུགས་ཞུགས་པ་སོགས་དངོས་མིན་ཏེ། དགེ་འདུན་ཉི་ཤུ་པོ་གང་རུང་  
 ཡིན་ན། ཐེག་དམན་པ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་བཏགས་པའི་དགོས་  
 པ་སོགས་གཞན་ལས་ཤེས་པར་བྱ་ཞིང་། འདི་ལ་བཞེད་པ་མི་འབྲ་བ་གཞན་  
 མང་དུ་སྤང་ཡང་། རྣམ་བཤད་ཀྱི་དགོངས་པ་ལྟར་བཤད་པ་ཡིན་པས་ཡིད་  
 ཆེས་པའི་གནས་སུ་བྱུངས་ཤིག།

གསུམ་པ་མཆོན་བྱེད་དཔེའི་དགེ་འདུན་གྱི་རྣམ་གཞག་རུང་བད་  
 བཤད་པ་ལ་གཉིས། འབྲས་བུའི་རྣམ་པར་བཞག་པ་དང་། གང་བག་གི་རྣམ་  
 པར་བཞག་པའོ། །དང་པོ་ལ་དགེ་སྦྱོང་ཚུལ་ནི་གང་། དགེ་སྦྱོང་ཚུལ་གྱི་  
 འབྲས་བུ་ཡང་གང་ཞེ་ན། ཉན་ཐོས་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཆོས་ཅན།  
 ཁྱོད་ལ་དགེ་སྦྱོང་ཚུལ་ཞེས་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། ཁྱོད་ཀྱིས་རང་  
 རྒྱུད་ལ་ལྟན་པའི་གང་བག་ཉོན་མོངས་ཅི་རིགས་སྤངས་ནས་དོན་དམ་པའི་  
 དགེ་སྦྱོང་དུ་འཛོག་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་དེ་ལྟར་བརྗོད་པའི་ཕྱིར།  
 ཉན་ཐོས་མཐོང་ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་དགེ་སྦྱོང་ཚུལ་གྱི་  
 འབྲས་བུ་ཞེས་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། ཉན་ཐོས་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་  
 མེད་ལམ་དེ་དགེ་སྦྱོང་གི་ཚུལ་ཡིན་ལ་ཁྱོད་དེའི་རྒྱ་མཐུན་གྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་  
 པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་དེ་ལྟར་བརྗོད་པའི་ཕྱིར། ཉན་ཐོས་མཐོང་ལམ་པའི་རྒྱུད་

ཀྱི་འགོག་བདེན་ཆོས་ཅན། དགེ་སྦྱོང་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དགེ་  
 སྦྱོང་གི་ཚུལ་ཅི་རིགས་པའི་བྲལ་འབྲས་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་དེ་ལྟར་  
 བརྗོད་པའི་བྱིད། དེས་ཉན་ཐོས་གྱི་བར་ཆད་མེད་ལམ་དང་དེས་བྲངས་པའི་  
 རྣམ་གྲོལ་ལམ་གཞན་ཡང་མཆོན་པ་ཡིན་ཏེ། དགེ་སྦྱོང་ཚུལ་དང་དགེ་སྦྱོང་  
 ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་རེ་རེ་ལ་ཡང་དུ་མ་ཡོད་ཅིང་བྱུང་པར་དགེ་སྦྱོང་ཚུལ་གྱི་  
 འབྲས་བུ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་བརྒྱད་ཅུ་ཅ་དགུ་དང་འདུས་མ་བྲས་འགོག་བདེན་  
 བརྒྱད་ཅུ་ཅ་དགུ་ཡོད་པའི་བྱིད། དེ་ལྟར་ཡང་། མཐོན་ལས། དགེ་སྦྱོང་ཚུལ་  
 བྱི་བྱི་མེད་ལམ། །འབྲས་བུ་འདུས་བྲས་འདུས་མ་བྲས། །དེ་དག་བརྒྱད་ཅུ་ཅ་  
 དགུ་ལོ། ། གྲོལ་ལམ་བྱུང་པ་རྣམས་དང་བཅས། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིད།

གཉིས་པ་གང་ཟག་གི་རྣམ་པར་བཞག་པ་ལ་གཉིས། གང་ཟག་བརྒྱད་  
 ཀྱི་བྱུང་པར་སྦྱིར་བསྟན་པ་དང་། རེ་རེ་ལ་འང་དབྱེ་བ་འབྱེད་པའི་ཚུལ་བསྟན་  
 པའོ། །དང་པོ་ལ། ཞེས་བྱ་ཆོས་ཅན། དགེ་སྦྱོང་ཚུལ་དང་དགེ་སྦྱོང་ཚུལ་གྱི་  
 འབྲས་བུ་སྦྱབ་པའི་གང་ཟག་དུ་མ་ཡོད་དེ། ལྷགས་པའི་དབང་དུ་བྲས་པ་བཞི་  
 དང་། འབྲས་གནས་གྱི་དབང་དུ་བྲས་པ་བཞི་ཡོད་པའི་བྱིད། དེ་ལྟར་ཡོད་དེ།  
 མཐོང་སྤང་ཀྱན་སྦྱོར་གསུམ་སྤངས་པས་རབ་ཏུ་སྤྱེ་བའི་འབྲས་བུ་ཐོབ་སྤྱིར་  
 དུ་བཅོན་བཞིན་པའི་རྒྱན་ལྷགས་ལྷགས་པ་དང་། དེ་ལྟ་བུའི་འབྲས་བུ་ལ་  
 གནས་པའི་རྒྱན་ལྷགས་འབྲས་གནས་གཉིས་དང་། ཐ་མའི་ཆ་མཐུན་ལྷ་པལ་



ཆེར་སྤངས་པས་རབ་ཏུ་སྤྱེ་བའི་དགེ་སྦྱོང་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་ཐོབ་ཕྱིར་དུ་  
 བཙོན་བཞིན་པའི་ཕྱིར་འོང་ཞུགས་པ་དང་། དེ་ལྟ་བུའི་འབྲས་བུ་ལ་གནས་  
 པའི་ཕྱིར་འོང་འབྲས་གནས་གཉིས་དང་། ཐ་མའི་ཆ་མ་ཐུན་ལྔ་མ་ལུས་པར་  
 སྤངས་པས་རབ་ཏུ་སྤྱེ་བའི་དགེ་སྦྱོང་ཚུལ་གྱིས་འབྲས་བུ་ཐོབ་ཕྱིར་དུ་བཙོན་  
 བཞིན་པའི་ཕྱིར་མི་འོང་ཞུགས་པ་དང་། དེ་ལྟ་བུའི་འབྲས་བུ་ལ་གནས་པའི་  
 ཕྱིར་མི་འོང་འབྲས་གནས་གཉིས་དང་། གོང་མའི་ཆ་མ་ཐུན་ལྔ་སྤངས་པས་  
 རབ་ཏུ་སྤྱེ་བའི་དགེ་སྦྱོང་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་ཐོབ་ཕྱིར་དུ་བཙོན་བཞིན་པའི་  
 དགྲ་བཙེམ་ཞུགས་པ་དང་། དེ་ལྟ་བུའི་འབྲས་བུ་ལ་གནས་པའི་དགྲ་བཙེམ་  
 འབྲས་གནས་གཉིས་དང་བཅས་ཏེ་བརྒྱད་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཀྱན་སྦྱོར་གསུམ་  
 བློ། མཐོང་སྤང་དུ་གྱུར་པའི་འཛིག་ལྟ། ཚུལ་ཞུགས་མཆོག་འཛིན། ཐེ་ཆོམ་  
 ཉོན་མོངས་ཅན་ནོ། །ཐ་མའི་ཆ་མ་ཐུན་ལྔ་ནི། མཐོང་སྤང་ཀྱན་སྦྱོར་གསུམ་  
 དང་། འདོད་པ་ལ་འདུན་པའི་འདུན་པ་དང་། གནོད་སེམས་སོ། །གོང་མའི་ཆ་  
 མ་ཐུན་ལྔ་ནི། གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་ཀྱི་སས་བསྐྱས་འདོད་ཆགས་  
 གཉིས། རྟོད་པ། ང་རྒྱལ། མ་རིག་པའོ། །འདི་དག་རྣམ་བཤད་ཀྱི་དགོངས་པ་  
 ལྟར་ཡིན་ལ། མཁས་གྲུབ་སོགས་འགའ་ཞིག་ནི་ཕྱིར་འོང་འབྲས་གནས་  
 ཀྱིས་འདོད་ཉོན་དུག་པ་མངོན་གྱུར་པ་སྤངས་པ་ཡིན་གྱི། འདོད་ཉོན་དུག་པ་  
 འགའ་ཞིག་མ་སྤངས་པའི་ཕྱིར་འོང་ཡོད་པ་དང་། ཕྱིར་མི་འོང་འབྲས་གནས་

གྱིས་འདོད་ཉོན་དགུ་པ་མངོན་གྱུར་པ་སྤངས་པ་ཡིན་གྱི། འདོད་ཉོན་དགུ་པ་  
དང་། ཐ་མའི་ཆ་མཐུན་ལྷ་པོ་གང་རུང་ཞིག་མ་སྤངས་པའི་ཕྱིར་མི་འོང་ཡོད་  
པར་བཞེད་དོ། །འོན་ཀྱང་མཁས་པ་མང་པོས་བྱད་པར་དེ་ལྟར་མི་འབྲེད་དེ།  
མཛོད་ལས། ཕྱིར་འོང་འབྲས་གནས་གྱིས་འདོད་ཉོན་དགུ་པ་དང་། ཕྱིར་མི་  
འོང་འབྲས་གནས་གྱིས་འདོད་ཉོན་དགུ་པ་སྤངས་པ་སྤྲས་བེན་ལ་བཤའ་པ་  
ལྟར་ཁས་ལེན་ཅིང་ནམ་བཤའ་ཀྱི་དགོངས་པ་ལྟར་ཡང་བཞེད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་གང་ཟག་བརྒྱད་པོ་རེ་རེ་ལ་ཡང་དབྱེན་དུ་མ་ཡོད་དེ། རྒྱན་  
ཞུགས་ཞུགས་པ་ལ་དེར་གྱུར་པའི་དབང་རྒྱལ་དད་པའི་རྗེས་འབྲང་དང་།  
དབང་རྗེན་ཆོས་ཀྱི་རྗེས་འབྲང་གཉིས། རྒྱན་ཞུགས་འབྲས་གནས་ལ། སྤང་  
བྱ་རིམ་གྱིས་པ་དང་། སྤང་བྱ་ཅིག་ཆར་བའི་རྒྱན་ཞུགས་འབྲས་གནས་  
གཉིས། དབང་པོའི་སློན་པ་དད་མོས་པ་དང་མཐོང་ཐོབ་པ་གཉིས། སྦྱོར་བའི་  
སློན་པ་འབྲས་གནས་ཙམ་པོ་བ་དང་བྱད་པར་ཅན་གཉིས། སྦྱེ་བའི་སློན་པ་  
ལན་བདུན་པ་དང་། རིགས་ནས་རིགས་སུ་སྦྱེ་བ་གཉིས་སོགས་ཡོད་ཀྱང་  
ཐོད་ཀླལ་བ་མི་འཛོག་པར་བཤའ་པ་དང་། ཕྱིར་འོང་ཞུགས་པ་ལ་མཐར་  
གྱིས་པ་དང་ཐོད་ཀླལ་བ་གཉིས། ཕྱིར་འོང་འབྲས་གནས་ལ་ཡང་མཐར་གྱིས་  
པ་དང་ཐོད་ཀླལ་བ་གཉིས་ཡོད་ལ། དབང་པོའི་སློན་པ་བྱེ་བ་དང་སྦྱོར་བས་  
བྱེ་བ་གཉིས། འདི་དང་ཕྱིར་མི་འོང་འབྲས་གནས་གཉིས་ལ་སྤར་རྒྱན་ཞུགས་

དང་འབྲེལ་བ། ཕྱིར་འོང་ལ་ཆེ་གཅིག་བར་ཆད་གཅིག་པ་ཞེས་པ་ཞིག་གྱང་  
ཡོད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཕྱིར་མི་འོང་ཞུགས་པ་ལ་དབྱེ་བ་ནི་ཕྱིར་འོང་དང་འབྲེལ་  
ལ། ཕྱིར་མི་འོང་འབྲས་གནས་ལ་འབྲས་བུའི་སྒྲོན་ས་མཐར་གྱིས་པ་དང་ཆགས་  
བྲལ་སྒྲོན་སོང་གཉིས། འཕགས་ཆོས་བསྟེན་ཚུལ་གྱིས་འདོད་པར་ཆེ་ཡོངས་  
སུ་གྱུར་མ་གྱུར་གཉིས། ཕྱི་མ་ལ་གཟུགས་ཉེར་འགྲོའི་ཕྱིར་མི་འོང་། གཟུགས་  
མེད་ཉེར་འགྲོའི་ཕྱིར་མི་འོང་། མཐོང་ཆོས་ཞི། ལུས་མངོན་བྱེད་དོ། །

དང་པོ་ལ་ལྷ། བར་འདའ་བ། སྐྱེ་འདའ་བ། མངོན་པར་འདུ་བྱེད་དང་  
བཅས་ཏེ་འདའ་བ། མངོན་པར་འདུ་བྱེད་མེད་པར་འདའ་བའི་ཕྱིར་མི་འོང་  
དང་བཞི། གོང་འཕོ་དང་ལྷ་ཡོད་ལ། གོང་འཕོ་ལའང་། འོག་མིན་མཐར་ཐུག་  
འགྲོ་དང་། སྤིད་ཅེའི་མཐར་ཐུག་འགྲོ་གཉིས། དང་པོ་ལ། འཕར་བ་དང་། བྱེད་  
འཕར་བ། གནས་ཐམས་ཅད་དུ་འཆི་འཕོ་དང་གསུམ་ཡོད། གཉིས་པ་  
གཟུགས་མེད་ཉེར་འགྲོ་ལ། བར་དོར་འདའ་བ་མ་གཏོགས་པ་བཞི་ཡོད་དོ། །

དེ་དག་ནི་རགས་པའི་དབྱེ་བ་ཅུ་བཅུ་པ་ཡིན་གྱི། རང་གསེས་ཀྱི་  
དབྱེ་བ་མཆོན་ཉིད་སྤང་བུ་སྤྲོང་ཚུལ་སོགས་བཤད་ན། ཆོག་མང་བར་དོགས་  
ནས་མ་བྱིས་པས་གཞན་དུ་བསྟོར་བར་བྱ་དགོས་ལ། ཅུང་ཟད་དཀའ་བར་སྤང་  
བས་ཞིབ་པར་དབྱེད་པར་བྱའོ། །དབྱ་བཅོམ་ཞུགས་པ་ལ་ཅིག་ཆར་དང་  
མཐར་གྱིས་པ་གཉིས། དབྱ་བཅོམ་འབྲས་གནས་ལ་ཡང་སྤང་བུ་སྤྲོང་ཚུལ་

གྱིས་སྤྱེན་དེ་བཞིན་དང་། དབང་པོའི་སྒོ་ནས་སྤྱེན་བྱུག་ཡོད་དོ།

### སྦྱོར་ལམ།

༥ གསུམ་པ་ངེས་འབྱེད་ཆ་མ་ཐུན་གྱི་རྣམ་གཞག་ལ་གཉིས། མདོར་  
བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། །དམིགས་པ་དང་ནི་རྣམ་  
པ་དང་། །ཞེས་པ་ནས། །བཅས་པ་དག་ལས་བྱུང་པར་འཕགས། །ཞེས་པའི་  
བར་གསུངས་ཏེ། འདི་ལ་གཉིས། ཆིག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་  
ནི། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྦྱོབ་པ་ཡི་སྦྱོར་ལམ་དོད་སོགས་བཞི་ཆོས་ཅན།  
ཉན་ཐོས་བསེ་རུ་ལྟ་བུ་དང་བཅས་པའི་སྦྱོར་ལམ་དག་ལས་བྱུང་པར་དུ་  
འཕགས་པ་ཡིན་ཏེ། །དམིགས་པ་དང་ནི་རྣམ་པ་དང་། །རྒྱ་དང་ཡོངས་སུ་  
འཛིན་པ་ཡིས་དང་། །བདག་ཉིད་རི་བཞིན་དུ་ཞེས་ཤེས་སྒྲིབ་གཟུང་འཛིན་  
གྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་བཞི་པོ་སྤང་བའི་དོ་བོར་ལྡན་པ་ལ་བརྟེན་པ་དང་། ཆུང་  
དུ་དང་འབྲིང་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྒོ་ནས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པའི་བྱིར། དེ་  
ལྟར་ཡང་འགྲེལ་པར། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ཐོས་པ་ལ་སོགས་  
པ་རབ་ཀྱི་མཐར་ཕྱིན་པ། ཞེས་པ་ནས། ཀུན་དུ་དམིགས་སོ་ཞེས་བྱ་བར་  
ཤེས་པར་བྱའོ་ཞེས་པའི་བར་གསུངས་སོ། །མདོ་ནི་འོག་མ་རྣམས་དང་ཐུན་  
མོང་བ་ཡིན་ནོ།

གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ་ཁ་ཅིག་ ཐེག་

ཆེན་སྒྲོར་ལམ་གསར་དུ་སྐྱེ་བའི་ལུས་རྟེན་ཡིན་ན། འདོད་ཁམས་པའི་ལུས་  
 རྟེན་ཡིན་པས་བྲབ་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། གཟུགས་ཁམས་པའི་  
 ལུས་རྟེན་ལ་སྒྲོར་ལམ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་ལུས་  
 རྟེན་ལ་སྒྲོར་ལམ་རྫོད་དང་ཅེ་མོ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 རྣམ་བཞད་སྒྲིང་པོའི་རྒྱན་ལས། རྫོད་དང་ཅེ་མོ་གཟུགས་ཁམས་པ་འགའ་  
 ཞིག་ལ་སྐྱེ་བར་ཡོད་པར་མངོན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ།  
 ངན་སོང་གསུམ་དང་མཆམས་མེད་བྱས་པ་སོགས་ཀྱི་རྟེན་ལ་སྒྲོར་ལམ་  
 གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་ཟེར་ན། དེ་མེད་པར་ཐལ། ངན་སོང་གསུམ་དང་། ཆེ་དེ་  
 ལ་མཆམས་མེད་ཀྱི་ལས་བྱས་པ་དང་། ཆོས་སྒྲོང་གི་ལས་སྟོབས་ཆེན་  
 བསགས་པའི་ཆོ། ཐེག་ཆེན་ཀྱི་སྒྲོར་ལམ་གསར་དུ་སྐྱེ་བའི་འགའ་རྒྱན་  
 ལས་ཀྱི་སྐྱབ་པ་ཤས་ཆེན་པོས་བསྐྱབས། ཟ་མ་དང་མ་ནིང་གི་རྟེན་ལ་དེ་  
 གསར་དུ་སྐྱེ་བའི་གོགས་བྱེད་ཉོན་མོངས་པའི་སྐྱབ་པ་ཤས་ཆེན་པོས་  
 བསྐྱབས། བྱང་སྒྲ་མི་སྟན་པའི་རྟེན་ལ་དེ་གསར་དུ་སྐྱེ་བའི་འགའ་རྒྱན་རྣམ་  
 སྐྱོན་ཀྱི་སྐྱབ་པ་ཤས་ཆེན་པོས་བསྐྱབས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ དེ་དག་གི་རྒྱད་  
 ལ་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་སྒྲོར་ལམ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་མེད་ཟེར་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་  
 དག་ཐེག་ཆེན་ལམ་དུ་འཇུག་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་དག་གི་རྒྱད་ལ་  
 རྣམ་མཁྱེན་སྐྱེ་བ་ཡོད་པ་གང་ཞིག་ མཚུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ ཐེག་ཆེན་ཀྱི་



སྐྱོར་ལམ་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོག་ས་ལམ་གྱི་རྗེས་སུ་བྱང་བས་བྱུང་བེད་  
ན། ཐེག་ཆེན་ཆོག་ས་ལམ་གྱི་རྒྱར་གྱུར་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྐྱོར་ལམ་ཆོས་  
ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་  
རང་གི་རྒྱར་གྱུར་པའི་ཐེག་ཆེན་ཐར་པ་ཆ་མ་ཐུན་རྫོགས་པའི་རྗེས་སུ་བྱང་  
བའི་འཇིག་རྟེན་པའི་དོན་མངོན་རྟོགས། ཐེག་ཆེན་སྐྱོར་ལམ་གྱི་མཆན་ཉིད་  
ཐེད་ན། ཐེག་དམན་དག་བཅོམ་གྱི་རྟོགས་པ་སྒྲོན་དུ་སོང་བའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་  
སྐྱོར་ལམ་ཆོས་ཅན། མཆན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
ཐེག་དམན་དག་བཅོམ་པ་ཐེག་ཆེན་ལམ་དུ་འཇུག་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་  
ན། འཇིག་རྟེན་པའི་དོན་མངོན་རྟོགས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་  
ན། སོ་སྤྱིའི་དོན་མངོན་རྟོགས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་  
རུས་སོ། ཁ་ཅིག་ བསྐྱེམས་བྱང་དུ་གྱུར་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་དོན་མངོན་རྟོགས།  
ཐེག་ཆེན་སྐྱོར་ལམ་གྱི་མཆན་ཉིད་ཐེད་ན། ཐེག་ཆེན་སྐྱོར་ལམ་པའི་རྒྱད་གྱི་  
ཐོས་བསམ་གྱི་ཤེས་རབ་ཆོས་ཅན། མཆན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་སྐྱོར་ལམ་པས་  
རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་ལ་ཐོས་བསམ་བྱེད་དགོས་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སྐྱོམ་  
བྱང་ཡིན་པར་ཐལ་སོ། །འདོད་ན་སྒྲུའོ། །ཁ་ཅིག་ གཟུང་བ་རང་བཞིན་མེད་  
པར་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ངེས་འབྱེད་ཆ་མ་ཐུན་དང་པོ། ཐེག་ཆེན་སྐྱོར་

ལམ་རྩོད་ཀྱི་མཆན་ཉིད། གཟུང་བ་རང་བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་པ་གོང་དུ་  
 འཕེལ་བའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ངེས་འབྱེད་ཆ་མཐུན་གཉིས་པ། ཐེག་ཆེན་སྒྱུར་  
 ལམ་རྩེ་མོའི་མཆན་ཉིད། འཛིན་པ་རང་བཞིན་མེད་པ་ལ་གསལ་སྒྲུང་དང་པོ་  
 ཐོབ་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ངེས་ཆ་གསུམ་པ། ཐེག་ཆེན་སྒྱུར་ལམ་བཟོད་པའི་  
 མཆན་ཉིད། འཛིན་པ་རང་བཞིན་མེད་པ་ལ་གསལ་སྒྲུང་འཕེལ་བའི་ཐེག་ཆེན་  
 གྱི་ངེས་ཆ་བཞི་པ། ཐེག་ཆེན་སྒྱུར་ལམ་ཆོས་མཆོག་གི་མཆན་ཉིད་ཟེར་ན།  
 མཆན་ཉིད་དེ་དག་མི་འཐད་པར་ཐལ། གཟུང་འཛིན་རང་བཞིན་མེད་པར་  
 རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྱུར་ལམ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གཟུང་འཛིན་  
 རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གཞི་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཁོ་ན་རེ།  
 དེའི་དོན། གཟུང་འཛིན་དོན་དམ་པར་རང་བཞིན་མེད་པ་ལ་བྱེད་ཟེར་ན། ཙ་  
 བ། སྒྲོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྱུར་ལམ་ཡིན་ན། རང་ལ་སྒྲོང་ཉིད་  
 གསལ་བར་སྒྲུང་བས་བྲུབ་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན།  
 དམན་ལམ་སྒྲོན་དུ་མ་སོང་བའི་སྒྲོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་སྒྱུར་ལམ་ཆོས་ཅན།  
 དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། སྒྲོང་ཉིད་ལ་རྟོག་བྲལ་གྱི་སྒྲོ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། སྒྲོང་ཉིད་རང་ལ་གསལ་བར་སྒྲུང་བཞིན་པའི་སྒྲོ་ནས་སྒྲོང་  
 ཉིད་རྟོགས་པའི་སྒྲོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་བྲུབ་ན། བྲུབ་པར་ཐལ། རྣམ་འབྲེལ་  
 ལས། གསལ་བར་སྒྲུང་བ་ཅན་སྒྲོ་གང་། །དེ་ནི་རྟོག་མེད་ཤེས་པར་འདོད། །

ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེས་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་  
 དགོས་པར་ཐལ། དེས་སྟོང་ཉིད་རྟོག་པ་དང་བྲལ་བའི་སྒོ་ནས་རྟོགས་པའི་  
 ཕྱིར། རྟགས་ཁས། འདོད་མི་རུས་སོ། །གཞན་ཡང་། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ།  
 སྟོང་ཉིད་མ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོར་ལམ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 ཐེག་ཆེན་སྒྲོར་ལམ་པའི་རྒྱད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་  
 ཅིག དམན་ལམ་སྟོན་དུ་མ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་ཡིན་ན། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་  
 པའི་ལྷག་མཐོང་ཐོབ་པ་དང་ཐེག་ཆེན་སྒྲོར་ལམ་དུ་འཕོས་པ་དུས་མཉམ་  
 པས་བྲབ་ཐེར་ན། དམན་ལམ་སྟོན་དུ་མ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་ཐེག་དམན་  
 ལམ་དུ་སྦྱང་ནས་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པ་མེད་པར་ཐལ། དེ་དེར་སྦྱང་ནས་སྟོང་  
 ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། མ་བྱུང་ན། དེ་འབྲེལ་བའི་བྱང་  
 སེམས་ཆོས་ཅན། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལྷག་མཐོང་ཐོབ་པ་དང་ཐེག་ཆེན་  
 སྒྲོར་ལམ་དུ་འཕོས་པ་དུས་མཉམ་པར་ཐལ། དམན་ལམ་སྟོན་དུ་མ་སོང་བའི་  
 བྱང་སེམས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་བྲབ་པ་ཁས། འདོད་མི་རུས་ཏེ། བྱང་  
 སེམས་དེས་ཐེག་དམན་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལྷག་  
 མཐོང་ཐོབ་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་དེ་དག་གི་གནས་སྐབས་  
 སུ་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། གོང་དུ་འདོད་མི་  
 རུས་ཏེ། བྱང་སེམས་ཆོགས་ལམ་པ་ཐེག་དམན་ལམ་དུ་འཇུག་སྲིད་པ་དང་།

ཞུགས་ནས་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པ་ཡོད་པར་འདོད་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཐེག་དམན་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་དམན་ལམ་སྟོན་  
 དུ་མ་སོང་བའི་ཐེག་ཆེན་རིགས་ངེས་ཀྱི་བྱང་སེམས་ཆོགས་ལམ་པ་དེས།  
 སྟོང་ཉིད་ལ་དམིགས་པའི་ལྷག་མཐོང་ཐོབ་པ་དང་ཐེག་ཆེན་སྦྱོར་ལམ་དུ་  
 འཕོས་པ་དུས་མཉམ་ཟེར་ན། དེ་ཞིག་དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། སྟོང་ཉིད་ལ་  
 དམིགས་པའི་ལྷག་མཐོང་ཡིན་ན། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལྷག་མཐོང་ཡིན་མི་  
 དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གུན་རྫོབ་ལ་དམིགས་པའི་ལྷག་མཐོང་ཡིན་ན།  
 གུན་རྫོབ་རྟོགས་པའི་ལྷག་མཐོང་ཡིན་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། གུན་  
 རྫོབ་བདེན་མེད་དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་སྦྱོར་ལམ་པའི་རྒྱད་ཀྱི་ལྷག་མཐོང་  
 ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་དམིགས་པ་གུན་རྫོབ་ལ་  
 དམིགས་ནས་རྣམ་པ་གུན་རྫོབ་བདེན་མེད་དུ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 གུན་རྫོབ་བདེན་མེད་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཞན་ཡང་། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་རིགས་ངེས་ཀྱི་བྱང་  
 སེམས་ཆོགས་ལམ་པའི་རྒྱད་ལ་གུན་རྫོབ་ལ་དམིགས་པའི་ལྷག་མཐོང་ཡོད་  
 གྱང་། དེའི་རྒྱད་ལ་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལྷག་མཐོང་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 དེ་ལྟར་རྣམ་བཤད་ལས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་ཡིན་གྱང་སྟོང་ཉིད་ལ་  
 དམིགས་པའི་ལྷག་མཐོང་རྒྱད་ལ་ལྷན་པའི་ཐེག་ཆེན་རིགས་ངེས་ཀྱི་བྱང་

སེམས་ཚྭ་གསལ་ལམ་པ་མེད་པ་ལྟ་བུར་ནམ་བཤམ་ལས་གསུངས་པ་ནི། སྟོང་  
 ཉིད་རྟོགས་པའི་ལྷག་མཐོང་ལ་དགོངས་སོ། །ཁ་ཅིག་དམན་ལམ་སྟོན་དུ་མ་  
 སོང་བའི་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་དེ། སྟོང་ཉིད་ལ་རྟོག་  
 བཤམ་མིན་གྱང་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་དོན་སྤྱི་གསལ་བར་སྒྲུང་བས་སྟོང་ཉིད་ལ་གསལ་  
 སྒྲུང་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་བཤམ་ལས། སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་སྤྱི་ཤར་  
 བ་ལ་ཆོས་ཉིད་གསལ་བར་སྒྲུང་ཞེས་བྱའི། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། ཟེར་ན།  
 དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་འདྲ་བའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་དེ་རྟོག་པ་ཡིན་  
 བས་སྟོང་ཉིད་ལ་གསལ་སྒྲུང་ཅན་གྱི་སྦྱོར་མི་རུང་བའི་བྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་  
 འབྲེལ་ལས། རྣམ་པར་རྟོག་དང་རྗེས་འབྲེལ་བ། །དོན་གསལ་སྒྲུང་བ་ཅན་མ་  
 ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་གིས་མ་བྱལ་སྟེ། དེ་ནི་རྟོག་པ་རང་  
 ག་བ་ལ་དགོངས་པའི་བྱིར་ཟེར་རོ།

གདུལ་བྱ་དབང་རྒྱལ་གྱི་རྒྱུད་གྱི་སྦྱོར་ལམ་ཡིན་ན། སྦྱོར་ལམ་ཆུང་  
 དུ་ཡིན་པས་བྱལ་ཟེར་ན། ཉན་ཐོས་གྱི་སྦྱོར་ལམ་རྟོད་ཆེན་པོའི་ཡེ་ཤེས་  
 ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཉན་ཐོས་གྱི་རྒྱུད་གྱི་སྦྱོར་ལམ་  
 ཡིན་པའི་བྱིར། བྱལ་སྟེ། ཉན་ཐོས་ཡིན་ན། དབང་རྒྱལ་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར།  
 དེར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། རང་བཞིན་གྱི་དབང་རྒྱལ་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར། འདོད་  
 མི་རུས་ཏེ། སྦྱོར་ལམ་ཆེན་པོ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། སྦྱོར་ལམ་རྟོད་ཆེན་



པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་གང་ཟག་དབང་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲོར་ལམ་ཡིན་ན། སྒྲོར་ལམ་  
 ཆེན་པོ་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། མངོན་རྟོགས་རྒྱུན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་  
 བྱའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲོར་ལམ་རྫོང་ཆུང་དུའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། མངོན་རྟོགས་རྒྱུན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱའི་རྒྱུད་ཀྱི་  
 སྒྲོར་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྱབ་སྟེ་མངོན་རྟོགས་རྒྱུན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་  
 གདུལ་བྱ་ཡིན་ན། དབང་པོ་རྣམས་པོ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན་མི་འཐད་  
 པར་ཐལ། སྒྲོར་ལམ་ཆུང་དུའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྒྲོར་ལམ་  
 རྫོང་ཆུང་དུའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་གདུལ་བྱ་ཆུང་དུའི་རྒྱུད་ཀྱི་  
 སྒྲོར་ལམ་དེ་སྒྲོར་ལམ་ཆུང་དུ་དང་། གདུལ་བྱ་འབྲིང་གི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲོར་ལམ་  
 དེ་སྒྲོར་ལམ་འབྲིང་དང་།

གདུལ་བྱ་ཆེན་པོའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲོར་ལམ་སྒྲོར་ལམ་ཆེན་པོ་ཡིན་ནོ་ཞེ་  
 བ། དང་པོ་དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཉན་ཐོས་ཡིན་ན། གདུལ་བྱ་ཆུང་དུ་ཡིན་  
 དགོས་པ་གང་ཞིག་ ཉན་ཐོས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲོར་ལམ་ལ་སྒྲོར་ལམ་ཆེ་ཆུང་གི་  
 ཁྱད་པར་འབྱེད་རིགས་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། ཉན་ཐོས་ཡིན་ན། རྒྱུས་  
 བུ་ཆུང་དུ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ཡང་མི་འཐད་པར་ཐལ། རང་  
 རྒྱལ་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲོར་ལམ་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་

སྒྲོར་ལམ་ཆེ་འབྲིང་ཆུང་གསུམ་རིམ་ཅན་དུ་སྒྲེ་བའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་ཡང་མི་  
འཐད་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སྒྲོར་ལམ་རྫོང་ཆུང་དུ་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་གི་  
ཆུད་ལ་སྒྲོར་ལམ་ཆུང་དུ་ཡོད་པ་གང་ཞིག དེ་ཡིན་ན། གདུལ་བྱ་ཆེན་པོའི་  
རིགས་ཅན་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་དེར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། སྒྲེས་བྱ་ཆེན་  
པོའི་རིགས་ཅན་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སྒྲོར་ལམ་ཆུང་འབྲིང་གཉིས་  
འགལ་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཐེག་པ་ཆུང་འབྲིང་གཉིས་མི་འགལ་  
བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རང་རྒྱལ་གྱི་ཐེག་པ་དེ་དེ་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། ཐེག་པ་ཆུང་དུ་གང་ཞིག་འབྲིང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ།  
དམན་པའི་ཐེག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་དེར་ཐལ། རང་རྒྱལ་ཐེག་པ་འབྲིང་  
པོ་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་བྱང་སེམས་ཀྱི་ཆུད་ལ་  
སྒྲོར་ལམ་ཆུང་དུ་མེད་ཟེར་ན། འོ་ན། དེའི་ཆུད་ལ་སྒྲོམ་ལམ་ཆུང་དུ་མེད་  
པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དེའི་ཆུད་  
ལ་བདེན་འཛིན་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་གང་ཞིག་སྒྲོམ་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཆུང་  
འབྲིང་ཆེན་པོ་རྣམས་རིམ་གྱིས་སྒྲེ་སྟོབས་གྱིས་བདེན་འཛིན་ཆེ་འབྲིང་ཆུང་  
དུ་རྣམས་རིམ་གྱིས་སྟོང་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཅ་བར། ས་དགུ་ལ་ནི་ཆེན་པོ་  
ཡི། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་དབྱེད་དོ། །ཁ་ཅིག་ཆུད་གཅིག་  
པའི་དབང་དུ་བྱས་ན། དང་པོར་སྒྲེས་པའི་སྒྲོར་ལམ་ལ། སྒྲོར་ལམ་ཆུང་དུ་

དང་། བར་དུ་སྐྱེས་པའི་སྦྱོར་ལམ་ལ་སྦྱོར་ལམ་འབྲིང་དང་། ཐ་མར་སྐྱེས་  
 པའི་སྦྱོར་ལམ་ལ་སྦྱོར་ལམ་ཆེན་པོས་བྲལ་བ་དང་། རྒྱུད་ཐ་དད་པའི་དབང་  
 དུ་བྱས་ན། དབང་རྒྱལ་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སྦྱོར་ལམ་ལ་སྦྱོར་ལམ་ཆུང་དུ་སོགས་  
 གྱིས་བྲལ་བ་དང་། བྱང་སེམས་ལྟ་བུ་ལའང་བྱང་སེམས་དབང་རྒྱལ་གྱི་རྒྱུད་  
 ཀྱི་སྦྱོར་ལམ་ལ་སྦྱོར་ལམ་ཆུང་དུ། འབྲིང་ལ་འབྲིང་། དབང་རྣོན་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་  
 སྦྱོར་ལམ་ལ་སྦྱོར་ལམ་ཆེན་པོས་བྲལ་བེར་ན། དེ་ལ་དང་པོ་དེ་ལྟར་འདོད་  
 པའི་མཁས་པ་མང་དུ་སྒྲུབ་ཡང་། རེ་ཞིག་དེ་ལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་ཐོད་  
 ཆོས་ཅན། སྦྱོར་ལམ་ཆུང་དུ་ཡིན་པར་ཐལ། དང་པོར་སྐྱེས་པའི་སྦྱོར་ལམ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དང་པོར་སྐྱེས་པའི་སྦྱོར་ལམ་དང་མ་སྐྱེས་པའི་  
 སྦྱོར་ལམ་གང་རུང་གང་ཞིག དང་པོར་མ་སྐྱེས་པའི་སྦྱོར་ལམ་མ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། ཕྱི་མ་དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སྦྱོར་ལམ་ཐོད་ཆུང་དུ་ལ་གནས་པའི་གང་  
 ཟག་གི་རྒྱུད་ལ་སྐྱེས་པའི་སྦྱོར་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན་སྦྱོད་དུ་གྱུར་  
 པའི་སྦྱོར་ལམ་ཐོད་ཆེན་པོ་མེད་པར་ཐལ། སྦྱོད་སྦྱོར་ལམ་ཐོད་ཆུང་དུ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྦྱོར་ལམ་ཐོད་གང་ཞིག སྦྱོར་ལམ་ཆུང་དུ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། གཞན་ལའང་དེ་བཞིན་དུ་འགྲོ། གཉིས་པ་གོང་དུ་བཀག་བེན། གསུམ་  
 པ་ལ། བྱང་སེམས་དབང་རྣོན་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སྦྱོར་ལམ་ཐོད་ཆུང་དུ་འེ་ཡེ་ཤེས་  
 ཆོས་ཅན། སྦྱོར་ལམ་ཆེན་པོ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱང་སེམས་དབང་རྣོན་གྱི་རྒྱུད་

གྱི་སྒྲོར་ལམ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཉགས་གསལ་བསྐྱབས་ཟིན་ཅིང་གཞན་ཡང་  
མཆོན་ནོ།

གཉིས་པ་རང་གི་ལྷགས་ལ། རང་གི་ཉར་ལེན་དུ་གྱུར་པའི་ཐེག་ཆེན་  
ཐར་པ་ཆ་མ་ཐུན་རྫོགས་རྗེས་སུ་བྱང་བའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་དོན་མངོན་རྫོགས།  
ཐེག་ཆེན་སྒྲོར་ལམ་གྱི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་ངོ་བོའི་སྒྲོན་སྒྲུབ་དབྱེ་ན། དེར་གྱུར་  
པའི་བྱོད་སོགས་བཞི་ཡོད། སྤྱི་རིམ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་རེ་རེ་ལ་དེར་གྱུར་  
པའི་ཆུང་འབྲིང་ཆེན་པོ་གསུམ་གསུམ་ཡོད། ཞེས་སྐྱབ་ཉོན་མོངས་གཟུང་  
རྫོག་ཀྱན་བཏགས་མངོན་གྱུར་པ་འཛོམས་པའི་རྒྱས་པ་བྱུང་པར་ཅན་ཐོབ་  
པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ངེས་ཆ་དང་པོ། ཐེག་ཆེན་སྒྲོར་ལམ་བྱོད་གྱི་མཆོན་ཉིད། དེ་  
བཞིན་དུ་ཞེས་སྐྱབ་རྣམ་བུང་གཟུང་རྫོག་ཀྱན་བཏགས་མངོན་འགྱུར་བ་དང་།  
ཞེས་སྐྱབ་རྣམ་འཛིན་རྫོག་པ་ཀྱན་བཏགས་མངོན་འགྱུར་བ་དང་། ཞེས་སྐྱབ་  
བཏགས་འཛིན་རྫོག་པ་ཀྱན་བཏགས་མངོན་འགྱུར་བ་དང་། ཞེས་སྐྱབ་  
བཏགས་འཛིན་རྫོག་པ་ཀྱན་བཏགས་མངོན་འགྱུར་བ་འཛོམས་པའི་རྒྱས་པ་  
བྱུང་པར་ཅན་ཐོབ་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ངེས་ཆ་གཉིས་པ་དང་། གསུམ་པ་དང་།  
བཞི་པ་རིམ་པ་བཞིན་དུ། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོར་ལམ་ཅེ་མོ། བཟོད་པ། ཆོས་  
མཆོག་གི་མཆོན་ཉིད་དུ་འཛོག་གོ དང་པོ་ཉིད་ནས་ཐེག་ཆེན་རིགས་ངེས་གྱི་  
བྱང་སེམས་ཆོགས་ལམ་པ་དེ། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྒྲོར་ལམ་དུ་འཕོས་པའི་

དུས་མཆམས་ཡོད་དེ། དེས་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལྷག་མཐོང་ཐོབ་པ་དང་  
 ཐེག་ཆེན་སྒྲོར་ལམ་དུ་འཕོས་པ་དུས་མཉམ་པའི་ཕྱིར། དམན་ལམ་སྒྲོན་དུ་  
 མ་སོང་བའི་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་སྒྲོར་ལམ་དེ་འབྲུལ་ཤེས་ཡིན་  
 ། གྲང་སྟོང་ཉིད་ལ་འབྲུལ་ཤེས་མ་ཡིན་ཞིང་དེ་སྟོང་ཉིད་ལ་དབྱུང་ཤེས་སུ་  
 འཛོག་རིགས་ཏེ། དེ་རང་འཕྲེན་བྱེད་ཀྱི་ཆད་མ་སྤྲུལ་མས་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་ཟིན་  
 པའི་དོན་ལ་བྱེད་པ་མ་ཉམས་པར་རྟོགས་ཟིན་རྟོགས་པའི་རིག་པ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོར་ལམ་དེ། དམན་པའི་སྒྲོར་ལམ་ལས་བྱུང་ཆོས་  
 ལྷའམ་དྲུག་གིས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པར་བསྐྱབ་པའི་ཆེ་ཆོག་ལ་འབྲིན་  
 ཞེས་ཆ་འདོན་པར་བྱ་ཞིང་། ཆོག་དོན་འཆད་པའི་ཆེ་སྐབས་ཀྱི་དོན་གཙོ་  
 བོར་བྱས་པས་འགལ་བར་མི་བསམ་ཞིང་། ཚུལ་དེས་གཞན་ལ་ཡང་ཤེས་  
 པར་བྱའོ།

གསུམ་པ་ཅོད་པ་སྟོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོར་ལམ་ཡིན་ན།  
 འཛོག་རྟོན་པའི་ལམ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། སོ་སྐྱེའི་ལམ་ཡིན་  
 དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་སོ་སྐྱེའི་ལམ་ཡིན་དགོས་  
 པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་བྱུང་། འདོད་ན། བཀག་ཟིན། ཁ་ཅིག་སྒྲོར་ལམ་ཡིན་  
 ན། སྒྲོམ་བྱུང་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། འབྲེལ་པ་ལས། འཛོག་རྟོན་པའི་སྒྲོམ་པ་  
 ལས་བྱུང་བ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན་མ་བྱུང་སྟེ། དེ་ནི་གཞུང་འདིའི་



དངོས་བསྟན་ལ་དགོངས་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག དམན་ལམ་སྟོན་དུ་མ་སོང་བའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྟོར་ལམ་དེས་  
སྟོང་ཉིད་གྱི་དོན་སྤྱི་སྟོང་ཉིད་དུ་འཛིན་པར་ཐལ། དེ་ལ་དེ་གསལ་བར་སྤང་  
བའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། འདོད་ན། ལོག་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། །ཁ་ཅིག  
དམན་ལམ་སྟོན་དུ་མ་སོང་བའི་ཐེག་ཆེན་རིགས་ངེས་གྱི་བྱང་སེམས་  
ཆོགས་ལམ་པའི་རྒྱད་ལ་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཞི་ལྷག་བྱང་འབྲེལ་གྱི་རྣལ་  
འབྱོར་མེད་པར་ཐལ། དེས་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཞི་ལྷག་བྱང་འབྲེལ་གྱི་རྣལ་  
འབྱོར་ཐོབ་པ་དང་ཐེག་ཆེན་སྟོར་ལམ་དུ་འཕོས་པ་དུས་མཉམ་པའི་ཕྱིར།  
འདོད་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་གྱི་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་བསམ་གཏན་  
བཞི་པའི་དངོས་གཞི་དེ། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཞི་ལྷག་བྱང་འབྲེལ་གྱི་རྣལ་  
འབྱོར་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པ་གང་ཞིག ཞི་ལྷག་  
བྱང་འབྲེལ་གྱི་རྣལ་འབྱོར་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། མཁས་གྲུབ་བསྟན་དར་བ་  
ལྟར་ན། མ་ཁྲབ་ལོ། །ཁ་ཅིག ཐེག་ཆེན་རིགས་ངེས་གྱི་བྱང་སེམས་ཆོགས་  
ལམ་པ་ཡིན་ན། ཁྱོད་གྱི་རྒྱད་ལ་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལྷག་མཐོང་མེད་དགོས་  
པར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་ལ་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལྷག་མཐོང་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་  
ཐལ། དེས་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལྷག་མཐོང་ཐོབ་པ་དང་ཐེག་ཆེན་སྟོར་ལམ་  
དུ་འཕོས་པ་དུས་མཉམ་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་ལ་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་

པའི་ཞི་ལྷག་བྱང་འབྲེལ་ཐོག་མར་སྐྱེས་པ་དེའི་ཆེ་ཐེག་ཆེན་སྐྱོར་ལམ་བྱོད་  
 ཐོབ་པར་འཇོག་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་བཤད་ལས། དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲིང་ཉིད་  
 རྟོགས་པའི་ཞི་ལྷག་བྱང་འབྲེལ་ཐོག་མར་སྐྱེས་པ་ན་ཐེག་ཆེན་སྐྱོར་ལམ་བྱོད་  
 སྐྱེ་བ་ཞེས་བྲལ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གོང་དུ་འདོད་ན། ཉན་ཐོས་དག་  
 བཙུམ་པའི་རྟོགས་པ་སྒྲོན་དུ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་ཆོགས་ལམ་པ་ཆོས་  
 ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཐེག་ཆེན་རིགས་ངེས་ཡིན་པ་གང་  
 ཞིག་བྱང་སེམས་ཆོགས་ལམ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། དང་པོ་  
 ཉིད་ནས་ཐེག་ཆེན་རིགས་ངེས་ཡིན་ཀྱང་། ཐེག་ཆེན་རིགས་ངེས་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་རྟོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་བར་དུ་ཐེག་དམན་དུ་མི་སྒྲོག་  
 བར་ངེས་པའི་རིགས་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། ཁ་ཅིག་བྱང་པར་དེ་ལྟར་  
 འབྱེད་ཀྱང་། མི་འཐད་པར་སེམས་ཏེ། ཐེག་ཆེན་རིགས་ངེས་ཞེས་པ་ནི་དང་  
 པོ་ཉིད་ནས་ཐེག་ཆེན་དུ་རིགས་ངེས་པ་ཞིག་ལ་བྱེད་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེ་  
 ལྟར་མིན་ན། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཆང་རྒྱ་བས་ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་ཅན་  
 དུ་ཁས་ལེན་དགོས་པའི་སྐྱོན་དུ་འགྱུར་སྟམ་ཞིང་། འོན་ཀྱང་ཞིབ་ཆ་དགོས་  
 པའི་སྐབས་ཀྱང་སྤང་ངོ་། །ཁ་ཅིག་བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱད་ལ་སྐྱོར་ལམ་ཆུང་དུ་  
 མེད་པར་ཐལ། བྱང་སེམས་ཀྱི་སྐྱོར་ལམ་ཡིན་ན། སྐྱོར་ལམ་ཆེན་པོ་ཡིན་  
 དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་ཡིན་ན་སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོ་ཡིན་དགོས་

པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན་མ་བྲག། འདོད་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་ལ་དང་པོར་  
སྐྱེས་པའི་སྦྱོར་ལམ་ཆུང་དུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་ལ་སྐྱེས་མ་  
ཐག་པའི་སྦྱོར་ལམ་ལ་སྦྱོར་ལམ་ཆུང་དུར་བྱས་པ་ཞིག་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
དཔེར་ན། བྱིས་པ་སྐྱེས་མ་ཐག་པ་འགའ་ཞིག་རིགས་མཐོ་ཡང་ཆུང་དུར་  
བྱེད་པ་བཞིན་ནོ། །

ཡང་ཁོ་ན་རེ། དེའི་རྒྱད་ལ་སྦྱོར་ལམ་ཆུང་དུ་མེད་ལ། དེའི་རྒྱད་ལ་  
ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་ཆུང་དུ་ཡོད་ཀྱང་སྦྱོར་ལམ་ཆུང་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་གྱི་སྦྱོར་ལམ་ཆུང་དུ་ལ་སྦྱོར་ལམ་ཆུང་དུས་མ་བྲག་  
པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་སོ་སྦྱེ་ལ་སོ་སྦྱེས་གྱིས་མ་བྲག་པའི་ཕྱིར་  
དང་། བྱང་སེམས་དབང་རྒྱལ་ལ་དབང་རྒྱལ་གྱིས་མ་བྲག་པའི་ཕྱིར། འདིར་  
རེ་ཞིག་མ་བྲག་པར་བྱའོ། །ཁ་ཅིག་ ཐེག་དམན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་ལ་ཆུང་འབྲིང་  
ཆེན་པོ་མེད་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་དེ་ཐེག་དམན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་  
ལས་ཆུང་འབྲིང་ཆེན་པོ་གསུམ་གྱི་སྒོ་ནས་བྲད་པར་དུ་འཕགས་པའི་ཕྱིར།  
མ་བྲག་སྟེ། དེ་ནི་ཆུང་འབྲིང་ཆེན་པོའི་དབྱེ་བ་འཐད་ཙམ་གྱི་སྒོ་ནས་བྲད་པར་  
དུ་འཕགས་པ་མིན་གྱི། བྱེད་ལས་བྲད་པར་དུ་འཕགས་པའི་སྒོ་ནས་ཆུང་  
འབྲིང་ཆེན་པོ་གསུམ་དུ་འབྱེད་ཅིང་དེའི་སྒོ་ནས་བྲད་པར་དུ་འཕགས་པར་  
འཛོག་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྣམས་ཏེ། ཉན་ཐོས་གྱི་སྦྱོར་ལམ་དོད་ལ་ཆུང་འབྲིང་

ཆེ་གསུམ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོར་ལམ་དེ། དམན་པའི་སྒྲོར་ལམ་ལས་  
 དམིགས་པ་རྣམ་པ་རྒྱ་ཡོངས་འཛིན་རྣམས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ཀྱང་བྱད་པར་དུ་  
 འཕགས་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཐེག་དམན་སྒྲོར་ལམ་དེ་དམིགས་པ། རྣམ་པ་  
 རྒྱ་གསུམ་དང་བཅས་ཤིང་ཐེག་དམན་སྒྲོར་ལམ་དེ་ཡོངས་འཛིན་དང་  
 བཅས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། ཐེག་དམན་གྱི་སྒྲོར་ལམ་དེས་བདེན་  
 བཞི་མི་རྟག་ལ་སོགས་བཙུ་བྱག་གཙོ་བོར་བདེན་པར་གྲུབ་མ་གྲུབ་དཔྱོད་  
 པའི་དམིགས་པར་མི་བཟུང་ཡང་ཐེག་ཆེན་སྒྲོར་ལམ་གྱིས་དེ་ལྟར་འཛིན་པ་  
 དང་། ཐེག་དམན་གྱི་སྒྲོར་ལམ་དེ་དེ་དག་གཙོ་བོར་བདེན་མེད་དུ་བསྒྲོམ་  
 པའི་རྣམ་པ་ཅན་མིན་ཀྱང་ཅིག་ཤོས་དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དང་། ཐེག་དམན་གྱི་  
 སྒྲོར་ལམ་དེ་ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་གྱི་ཉི་རྒྱ་མིན་ཀྱང་། ཅིག་ཤོས་དེ་ལྟར་  
 ཡིན་པ་དང་། ཐེག་དམན་སྒྲོར་ལམ་པ་ནི་རང་དུས་སུ་ཐབས་ཤེས་རྩོགས་  
 པར་སྟོན་པའི་སྟོན་དུ་མ་གྱུར་ཀྱང་། ཐེག་ཆེན་སྒྲོར་ལམ་པ་དེ་ལྟར་གྱུར་པ་  
 དང་། ཐེག་དམན་སྒྲོར་ལམ་པས་ཤེས་སྤྱོད་གཟུང་འཛིན་གྱི་རྣམ་པར་རྟོག་  
 པ་བཞི་སྤང་བྱའི་གཙོ་བོར་མི་བྱེད་ཀྱང་། ཐེག་ཆེན་སྒྲོར་ལམ་པས་དེ་ལྟར་  
 བྱེད་པའི་བྱད་པར་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁོ་ན་རེ། དེ་ལྟར་མིན་ན། བྱད་ཆོས་དེ་  
 དག་གི་སྒྲོ་ནས་བྱད་པར་དུ་འཕགས་ཀྱང་སྒྲིར་དམིགས་པ་སོགས་ཀྱི་སྒྲོ་

ནས་བྱུང་པར་དུ་མི་འཕགས་པར་ཐལ། ཐེག་དམན་གྱི་སྒྲོར་ལམ་དེ་ལ་དམིགས་  
པ་སོགས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་སྐྱམ་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་དེ་ཡོན་ཏན་གྱི་སྒྲོ་  
ནས་ཐེག་དམན་པ་ལས་བྱུང་པར་དུ་མི་འཕགས་པར་ཐལ། ཐེག་དམན་པ་ལ་  
ཡོན་ཏན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། བྱས་ན་ལན་གང་ཡིན། དེས་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོར་  
ལམ་དེ་དམིགས་པ་སོགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་དམན་པའི་སྒྲོར་ལམ་ལས་བྱུང་པར་  
དུ་འཕགས་པ་ཡིན་ནོ།

### སྐྱེ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་གཞག

༥ གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། སྒྲར་བཤད་པའི་དམིགས་པ་དང་  
ནི་རྣམ་པ་དང་། །ཞེས་སོགས་དང་། །དམིགས་པ་མི་རྟག་ལ་སོགས་པ། ཞེས་  
སོགས་ཀྱི་གཞུང་འདི་དག་གང་ལས་འཕྲོས་པ་ནི། །ལྷ་རིའི་བྱ་བྱང་ཚུབ་  
སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་ཤེར་ཕྱིན་ལ་སྒྲོབ་པར་འདོད་པས་གྱང་  
སྒྲོམ་སེམས་སྤྱི་མི་འགྱུར་བར་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་ལ་སྤྱད་པར་  
བྱའོ། །འདི་ལྟར། སེམས་ནི་སེམས་མ་མཆིས་ཏེ། སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ནི་  
འོད་གསལ་བའི་ཕྱིར། ཞེས་སོགས་ཀྱི་མདོ་ལས་འཕྲོས་ཤིང་། དེ་དག་གི་  
དོན་འགྲེལ་པ་ལས་འཆད་པ་ལ། བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ཐོས་པ་  
ལ་སོགས་པ། ཞེས་སོགས་དང་། དེ་ལ་ཚུང་དུ་འདི་དམིགས་པ་ནི། སྤྱག་བསྐྱེལ་  
ལ་སོགས་པ་བདེན་པ་བཞི་པོ་ལ། ཞེས་སོགས་གསུངས།



འདི་ལྟར་སྐབས་སུ་གཉིས། ཆོག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་  
 བོ། མདོར་བསྟན་གྱི་དོན་སྒར་བཤད་ཟེན་ལ། རྒྱས་བཤད་ལ་གསུམ་ཆོན་  
 བཞིར་བྱས་པའི་བཙུ་གཉིས་ལས། དང་པོ་དོད་ཚུང་དུའི་དམིགས་རྣམ་ནི།  
 བདེན་པ་བཞིའི་ཉེན་ཅན་མི་རྟག་ལ་སོགས་བཙུ་བྱ་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆོན་  
 སྒྲོར་ལམ་དོད་ཚུང་དུའི་དམིགས་པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་སྒྲོ་འདོགས་གཅད་པར་བྱ་  
 བའི་གཞི་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་འདི་འོག་མ་རྣམས་ལ་སྒྲུར་རོ། །བདེན་པ་  
 བཞི་པོ་དེ་ཡི་ནི་བྱད་ཆོས་བཙུ་བྱ་ལ་བདེན་པར་མདོན་པ་ཞེན་ནས་འཛིན་  
 པ་ལ་སོགས་པ་འགོག་པའི་དོད་ཚུང་དུའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན། དོད་ཚུང་དུའི་  
 རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་དམིགས་པའི་ཆོས་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་སྒྲོ་འདོགས་པའི་  
 སྒྲོ་འདོགས་འགོག་པའི་དོད་ཚུང་དུའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྣམ་པ་ལྷག་  
 མ་རྣམས་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་སྒྲུར་བ་དང་། ཐམས་ཅད་ལ་ཐེག་ཆོན་གྱི་སྒྲོར་  
 ལམ་ཞེས་པར་གོ་དགོས་སོ། །འདི་དག་གི་སྐབས་སུ་དམིགས་རྣམ་ཐམས་  
 ཅད་ལ་སོ་སོར་མདོ་དང་སྒྲོར་ལུགས་སོགས་ཡོད་ཀྱང་མང་བར་དོགས་  
 རྣམ་མ་དངས་སོ། །ཐེག་ཆོན་གྱི་སྒྲོར་ལམ་དོད་ཚུང་དུའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན།  
 རང་གི་འབྲས་བུ་བྱད་པར་ཅན་གྱི་རྒྱ་བྱེད་དེ། ཐེག་པ་གསུམ་ཅར་གྱི་རྟོགས་  
 རིགས་ཆང་བར་འཐོབ་པའི་ཐེག་ཆོན་མཐོང་ལམ་གྱི་བྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་  
 ཉེ་རྒྱ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་འདི་ཡང་འོག་མ་རྣམས་ལ་འཐོབ་པར་བཤད་དོ། །

གཉིས་པ་རྫོང་འབྲིང་གི་དམིགས་ཚུལ་ལ། གཟུགས་སོགས་དོན་དམ་  
 པར་འདྲ་འགོད་བདེན་པ་བྲལ་བས་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་པའི་བདེན་བཞི་རྫོང་  
 འབྲིང་གི་དམིགས་པ་དང་། མིང་གི་རྒྱན་དོན་དམ་པར་གནས་དང་བྲལ་བ་  
 དང་། གནས་པ་མེད་པར་རྟོགས་པའི་རྫོང་འབྲིང་གི་ཡེ་ཤེས་ཚུལ་པ་དང་།  
 རྫོང་ཆེན་པོའི་དམིགས་ཚུལ་ལ། གཟུགས་སོགས་བརྟན་བཟགས་པས་ཁྱད་  
 པར་དུ་བྱས་པའི་བདེན་བཞི་རྫོང་ཆེན་པོའི་དམིགས་པ་དང་། དེ་དག་དོན་  
 དམ་པར་བརྗོད་དུ་མེད་པར་རྟོགས་པའི་རྫོང་ཆེན་པོའི་ཡེ་ཤེས་ཚུལ་པ་ཡིན་  
 ཏེ། རྟགས་སྤར་བཞིན་ནོ།

ཅེ་མོ་ལ་གསུམ་གྱི་དང་པོ་ཅེ་མོ་ཆུང་དུའི་དམིགས་ཚུལ་ལ་བདེན་པ་  
 ཚུལ་པར་བཞག་པར་མ་མཛད་པ་དང་། བཞག་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི།  
 གཟུགས་སོགས་ཏེ་ཆོར་བ་འདྲ་ཤེས་འདྲ་བྱེད་ཚུལ་ཤེས་སོགས་དོན་དམ་  
 པར་མི་གནས་པ་དེ་དག་ནི་དོན་དམ་པར་དེ་ཡི་ངོ་བོ་རང་བཞིན་མེད་པས་  
 ཁྱད་པར་དུ་བྱས་པ་ཅེ་མོ་ཆུང་དུའི་དམིགས་པ་དང་། གཟུགས་སོགས་དང་  
 དེའི་ཆོས་ཉིད་དེ་དག་བདེན་སྟོང་གཅིག་གི་རང་བཞིན་གཅིག་ཏུ་རྟོགས་པའི་  
 ཅེ་མོ་ཆུང་དུའི་ཡེ་ཤེས་ཚུལ་པ་ཡིན་ཏེ། རྟགས་གཉིས་སྤར་བཞིན་ནོ། །  
 གཉིས་པ་བཞག་པ་ལ། གཟུགས་སོགས་དེ་ཚུལ་སྤེལ་པའི་ངོ་བོ་བདེན་གྲུབ་  
 གྱིས་སྟོང་པས། དེ་དག་དོན་དམ་པར་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པར་མི་གནས་

བས་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་པའི་བདེན་པ་བཞི་ཅེ་མོ་ཚུང་དུའི་དམིགས་པ་དང་།  
 མི་རྟག་པ་སོགས་དང་དེའི་ཆོས་ཉིད་དེ་དག་གི་བདེན་སྟོང་གཅིག་གི་རང་  
 བཞིན་གཅིག་ཏུ་རྟོགས་པའི་ཅེ་མོ་ཚུང་དུའི་ཡེ་ཤེས་རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ། རྟགས་  
 གཉིས་སྤར་བཞིན་ནོ། །གཉིས་པ་ཅེ་མོ་འབྲིང་གི་དམིགས་རྣམ་ནི། ཆོས་  
 རྣམས་བདེན་གྲུབ་ཀྱི་མཆན་མར་མི་འཇིན་པ་གང་ཡིན་པས་ཁྱད་པར་དུ་  
 བྱས་པའི་བདེན་བཞི་ཅེ་མོ་འབྲིང་གི་དམིགས་པ་དང་། ཆོས་དེ་དག་བདེན་  
 པར་གྲུབ་པའི་མཆན་མར་མི་མཐོང་བར་རྟོགས་པའི་ཅེ་མོ་འབྲིང་གི་ཡེ་ཤེས་  
 རྣམ་པ་དང་། གསུམ་པ་ཅེ་མོ་ཆེན་པོའི་དམིགས་རྣམ་ལ། འོན་དམ་ལ་དཔྱོད་  
 པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ནི་ཡོངས་སུ་རྟོག་པ་སྟེ་བརྟགས་པས་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་  
 པའི་བདེན་བཞི་ཅེ་མོ་ཆེན་པོའི་དམིགས་པ་དང་། འཁོར་གསུམ་པོ་ཐམས་  
 ཅད་འོན་དམ་པར་དམིགས་སུ་མེད་པར་རྟོགས་པའི་ཅེ་མོ་ཆེན་པོའི་ཡེ་ཤེས་  
 རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ། རྟགས་སྤར་བཞིན་ནོ། །

བཅོད་པ་ལ་གསུམ་ཀྱི་དང་པོ་བཅོད་པ་ཚུང་དུའི་དམིགས་རྣམ་ལ།  
 གཟུགས་སོགས་འོན་དམ་པར་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་  
 པའི་བདེན་བཞི་བཅོད་པ་ཚུང་དུའི་དམིགས་པ་དང་། གཟུགས་སོགས་དེ་  
 རྣམས་འོན་དམ་པ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཉིད། ཡིན་ཀྱང་ཐ་སྙད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་  
 རྟོགས་པའི་བཅོད་པ་ཚུང་དུའི་ཡེ་ཤེས་རྣམ་པ་དང་། གཉིས་པ་འབྲིང་གི་

དམིགས་ཀྱི་ལ། གཟུགས་སོགས་དེ་དག་དོན་དམ་པར་སྐྱེ་བ་མེད་པ་དང་  
ངེས་པར་འབྱུང་བ་མེད་པས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པ་བཟོད་པ་འབྲིང་གི་  
དམིགས་པ་དང་། དེ་ལྟར་བསྐྱོམ་པས་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་བདེན་གྲུབ་  
ཀྱིས་ཀྱིས་པར་དག་པར་རྟོགས་པའི་བཟོད་པ་འབྲིང་གི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་པ་དང་།  
གསུམ་པ་ཆེན་པོའི་དམིགས་ཀྱི་ལ། སྐྱོ་གསུམ་པོ་དེ་དག་བདེན་གྲུབ་ཀྱི་  
མཆོན་མ་མེད་པས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པ་བཟོད་པ་ཆེན་པོའི་དམིགས་པ་དང་།  
དོན་དམ་པར་སྐྱོ་གསུམ་དེ་ཡི་མཆོན་མར་མི་བརྟེན་པས་ཡིད་བྱེད་གཉིས་  
ཀྱིས་མོས་པ་མིན་པ་དང་། འདུ་ཤེས་མེད་པར་རྟོགས་པའི་བཟོད་པ་ཆེན་  
པོའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་པ་ཡིན་ཏེ། རྟགས་སྤར་བཞིན་ནོ།

ཆོས་མཆོག་ལ་གསུམ་ཀྱི་དང་པོ་ཆོས་མཆོག་ཆུང་དུའི་དམིགས་  
ཀྱི་ལ། བསྐྱོམ་བྱའི་ཉིང་འཛིན་ཀྱི་ངོ་བོར་གྱུར་པ་ཆོས་མཆོག་ཆུང་དུའི་  
དམིགས་པ་དང་། བསྐྱོམ་བྱའི་ཉིང་འཛིན་དེའི་བྱེད་པ་ལྟན་གྲུབ་ཏུ་འཇུག་པར་  
རྟོགས་པའི་ཆོས་མཆོག་ཆུང་དུའི་ཡེ་ཤེས་ཉིད་ཀྱིས་པ་དང་། གཉིས་པ་འབྲིང་  
གི་དམིགས་ཀྱི་ལ། སྐྱོ་གསུམ་ལྟ་བུར་སྟོན་པའི་རྒྱ་བྱུང་པར་ཅན་ཆོས་མཆོག་  
འབྲིང་དང་དོན་དམ་པར་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པའི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཆོས་  
མཆོག་འབྲིང་གི་དམིགས་པ་དང་། དོན་དམ་པར་སྐྱོ་གསུམ་པ་རྟགས་པ་བཟོད་པའི་  
ཆོས་མཆོག་འབྲིང་གི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་པ་ཡིན་ཏེ། རྟགས་སྤར་བཞིན་ནོ། །

གསུམ་པ་ཆེན་པོའི་དམིགས་རྣམ་ལ། དམིགས་པ་ནི། འཁོར་གསུམ་  
 པོ་བདེན་པས་སྟོང་པའི་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་པན་ཚུན་བདེན་སྟོང་ངོ་བོ་  
 གཅིག་པ་ཆོས་ཅན། ཆོས་མཆོག་ཆེན་པོའི་དམིགས་པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་སྒྲོ་  
 འདོགས་གཅད་གཞི་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྣམ་པ་ནི། ཆོས་མཆོག་ཆེན་པོའི་ཉིང་  
 འཛིན་མཐའ་གང་དུ་ཡང་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པར་བདེན་མེད་དུ་རྟོགས་པའི་  
 ཆོས་མཆོག་ཆེན་པོའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན། ཆོས་མཆོག་ཆེན་པོའི་རྣམ་པ་  
 ཡིན་ཏེ། དེའི་དམིགས་པའི་ཆོས་ལ་ལོག་ཕྱོགས་སུ་སྒྲོ་འདོགས་པའི་སྒྲོ་  
 འདོགས་འགོག་པའི་ཆོས་མཆོག་ཆེན་པོའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 འདི་གཉིས་གཞན་ལ་སྒྲོས་ནས་སྒྲོར་བར་བྱ་ཞིང་། རྒྱུའི་བྱུང་བར་ཡང་སྒྲར་  
 གྱི་དེས་འགྲེལ། །དེ་དག་གི་དོན་བསྒྲུབ་ནི། ཐེག་ཆེན་གྱི་དེས་འབྲེད་ཆ་  
 མཐུན་ཆོས་ཅན། བྱོང་ལ་རྣམ་པ་བཙུག་ཉིས་ཡོད་དེ། སྒྲར་བཤད་པ་དེ་སྒྲར་  
 རེ་རེ་ལ་ཆུང་དུ་དང་འབྲིང་དང་ཆེན་པོའི་དབྱེ་བས་བཙུག་ཉིས་སུ་ཡོད་པ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ་ཁ་ཅིག་ན་རེ།  
 ཆོས་བརྗོད་ཀྱི་སྒྲ་དང་། ཆོས་ཅན་བརྗོད་པའི་སྒྲ་གཉིས་འགལ་ཟེར་ན། དེ་མི་  
 འཐད་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་ཀའི་གཞི་མཐུན་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྒྲ་  
 མི་རྟག་ཅེས་པའི་ངག་དེ་དེ་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་བརྗོད་



ཀྱི་སྐྱ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་ ཆོས་ཅན་བརྗོད་པའི་སྐྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་  
ཐལ། མི་རྟག་པ་ལ་ལྟོས་ཏེ་ཆོས་བརྗོད་ཀྱི་སྐྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་  
མི་རྟག་པ་དེ་སྤྱིའི་བྱང་གཞི་བྱང་ཆོས་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་བྱང་ཆོས་ལྟ་བུར་  
སློ་ཡུལ་དུ་གོ་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་དེར་ཐལ། སྐྱ་ལ་ལྟོས་ཏེ་ཆོས་  
ཅན་བརྗོད་པའི་སྐྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་སྐྱ་དེ་མི་རྟག་པའི་བྱང་  
གཞི་ལྟ་བུར་སློ་ཡུལ་དུ་གོ་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་དམིགས་རྣམ་ལྟག་མ་  
སྟོན་པའི་གཞུང་གིས་བདེན་བཞི་མ་བསྟན་ཟེར་ན། དེ་བསྟན་པར་ཐལ། ཅེ་མོ་  
ཆུང་འབྲིང་གི་དམིགས་རྣམ་འཆད་པའི་སྐབས་སུ། གཟུགས་སོགས་མི་  
གནས་ཞེས་སོགས་དང་། དེ་མི་རྟག་སོགས་ཞེས་པས་བདེན་བཞི་བསྟན་  
པའི་ཕྱིར། ཁོ་ན་རེ། དེ་དངོས་སུ་མ་བསྟན་ཟེར་ན། དེ་ཡང་མི་འཐད་པར་ཐལ།  
དེས་བདེན་བཞི་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱི་མ་དེས་མི་རྟག་ལ་  
སོགས་བཅུ་དྲུག་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་མི་རྟག་སོགས་  
ཞེས་པའི་སོགས་སྐྱས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། དེ་དག་གི་  
བདེན་བཞི་སྐྱས་ཟིན་ལ་དངོས་སུ་བསྟན་པ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་  
ཐལ།

བདེན་པའི་རྟོན་ཅན་དེ་ཡི་ནི། །ཞེས་པས་བྱོད་ཆུང་དུའི་དམིགས་རྣམ་  
ཆོས་ཅན་བདེན་བཞི་ལ་བརྟེན་པ་སྐྱས་ཟིན་ལ་བརྗོད་ནས། དམིགས་རྣམ་

ལྷག་མ་རྣམས་སྟོན་པའི་གཞུང་ཆོག་གིས་དམིགས་རྣམ་ལྷག་མ་རྣམས་ཆོས་  
ཅན་བདེན་བཞི་ལ་བརྟེན་པ་སྤྲས་ཟེན་ལ་མ་བཟོད་པ་ལ་ཚོད་པ་འབྱུང་བ་  
འགྲེལ་པར་གསུངས་པའི་བྱིང་།

གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། རོན་དེ་བྱང་གཞི་བྱང་ཆོས་གཉིས་ཀྱི་ནང་  
ནས་བྱང་ཆོས་ལྟ་བུར་གོ་བར་བྱེད་པའི་མཉན་བྱ་དོན་མཐུན། རོན་དེ་ལ་  
སྟོས་ཏེ་ཆོས་བཟོད་པའི་སྤྱི་འོ་བོ་དང་། མཆན་གཞི་ནི། སྤྱི་མི་རྟག་ཅས་  
བཟོད་པའི་ངག་ལྟ་བུ་ཡིན། རོན་དེ་བྱང་གཞི་བྱང་ཆོས་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་  
བྱང་གཞི་ལྟ་བུར་གོ་བར་བྱེད་པའི་མཉན་བྱ་དོན་མཐུན། དེ་ལ་སྟོས་པའི་  
ཆོས་ཅན་བཟོད་པའི་སྤྱི་འོ་བོ་ཡིན་ལ། མཆན་གཞི་ནི། སྤྱི་མི་རྟག་ཅས་  
བཟོད་པའི་ངག་ལྟ་བུ་ཡིན། མཉན་བྱ་དོན་མཐུན་ཞེས་པ་ནི། རི་བོང་རྩ་མི་  
རྟག་ཅས་པའི་ངག་ལྟ་བུ་དེ་གཉིས་གང་རུང་ཡིན་པ་བཅད་པའི་དོན་དུ་ཡིན་  
ནོ། །སྐབས་འདིར་བྱོད་ཆུང་དུ་འི་དམིགས་རྣམ་གྱི་སྐབས་མ་གཏོགས་  
དམིགས་རྣམ་ལྷག་མ་རྣམས་སྟོན་པའི་གཞུང་ཆོག་གིས་དམིགས་རྣམ་ལྷག་  
མ་རྣམས་ཆོས་ཅན་བདེན་བཞི་ལ་བརྟེན་པར་སྤྲས་ཟེན་ལ་དངོས་སུ་མ་  
བཟོད་ཀྱང་། དམིགས་རྣམ་ལྷག་མ་དེ་དག་བདེན་བཞི་ལ་བརྟེན་པ་མི་རྟོགས་  
པའི་སྟོན་མེད་དེ། དམིགས་རྣམ་ལྷག་མ་རྣམས་འཆད་པའི་གཞུང་གིས་  
བདེན་བཞིའི་ཆོས་བཟོད་པའི་སྟོན་མ་བདེན་བཞི་བཟོད་པ་གང་ཞིག་གཞི་

གཅིག་ལ་ལྟོས་པའི་ཆོས་བརྗོད་ཀྱི་སྐྱ་དང་ཆོས་ཅན་བརྗོད་པའི་སྐྱ་གཉིས་  
ཁྱད་པར་གཞན་སྟོང་མི་སྟོང་མ་གཏོགས་གཞི་དེ་བརྗོད་པ་ཁྱད་པར་མེད་  
པའི་བྱིར།

གསུམ་པ་ཙོད་པ་སྟོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག གཞི་གཅིག་ལ་ལྟོས་ཏེ་ཆོས་  
བརྗོད་ཀྱི་སྐྱ་དང་ཆོས་ཅན་བརྗོད་པའི་སྐྱ་གཉིས་མི་འགལ་བར་ཐལ། སྤྱིར་དེ་  
གཉིས་མི་འགལ་བའི་བྱིར་ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། ཁོ་ན་རེ། མི་རྟག་པ་མི་རྟག་པ་  
ཞེས་པའི་ངག་ཆོས་ཅན། མི་རྟག་པ་ལ་ལྟོས་པའི་ཆོས་ཅན་བརྗོད་པའི་སྐྱ་མ་  
ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལ་ལྟོས་པའི་ཆོས་བརྗོད་པའི་སྐྱ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ།  
མི་རྟག་པ་མི་རྟག་པའི་ཁྱད་ཆོས་ལྟ་བུར་གོ་བར་བྱེད་པའི་ངག་ཡིན་པའི་  
བྱིར། དེར་ཐལ། སྐྱ་མི་རྟག་པ་ཞེས་པའི་ངག་དེ་སྐྱ་དེ་སྐྱ་མི་རྟག་པའི་ཁྱད་  
ཆོས་ལྟ་བུར་གོ་བར་བྱེད་པའི་ངག་ཡིན་པའི་བྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། སྤྱ་མ་  
དེ་ཐ་མི་དད་ཡིན་ལ། སྤྱ་མ་སྐྱ་དང་མི་རྟག་པ་ཐ་དད་ཡིན་པས་མི་འདྲ་ལ། འོན་  
ཀྱང་ཁ་ཅིག་གིས་གཞི་གཅིག་ལ་ལྟོས་པའི་དེ་གཉིས་ཀྱི་གཞི་མ་ཐུན་པར་  
བཞེད་དོ། །

### སྤང་བྱ་རྟོག་པ།

༥ ཐེག་ཆེན་སྦྱོར་ལམ་ཀྱི་སྤང་བྱ་གཟུང་འཛིན་ཀྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་  
བཞི་འཆད་པ་ནི། །གཞི་དང་དེ་ཡི་གཉིན་པོ་ཡིས། །ཞེས་པ་ནས། སྤང་

སོགས་ཏེན་ལས་དེ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས་ལ། འདི་གང་ལས་  
འཕྲོས་ན། དུམ་གྱི་མདོ་ལས། ལྷ་རིའི་བྱ་ཆོས་འདི་དག་གིས་པ་སོ་སོའི་སྒྲེ་  
བོས་རྩི་ལྟར་མདོན་པར་ཆགས་པར་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུའི་རྣམ་པར་ཡོད་པ་མ་  
ཡིན་ནོ། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་མདོ་ལས་འཕྲོས་ཤིང་། དེ་དག་གི་དོན་འགྲེལ་པར་  
འཆད་པ་ལ། གཟུང་བ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་གཞིའི་ཏེན་  
ཅན་ཞེས་པ་ནས། དབྱེ་བས་རྣམ་པ་དགུ་འོ། །ཞེས་པའི་བར་དང་། གང་ཟག་  
རྩལ་སྒྲུ་ཡོད་པ་དང་། ཞེས་པ་ནས། གངས་བཞིན་དུ་ལྡན་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་  
པའི་བར་གསུངས།

འདིའི་སྐབས་སྒྲུ་གཉིས། ཆོག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱུང་པའོ། །དང་པོ་  
ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། གཟུང་བར་རྟོག་པ་རྣམ་པ་གཉིས་ཡོད་དེ། གཞི་ཀྱན་  
ནས་ཉོན་མོངས་སྤྱོད་ཀྱི་ཏེན་ཅན་དང་དེའི་གཉིན་པོའི་སྤྱོད་ཀྱི་ཏེན་ཅན་  
དབྱེ་བ་ཡིས་དེ་ལྟར་ཡོད་པའི་སྤྱིར། གཉིས་པོ་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། དབྱེ་གཞི་སོ་  
སོར་སྤྱེ་བའི་རྣམ་པ་དགུ་དགུ་ཡོད་དེ། མོངས་པ་མ་རིག་པ་ལ་དམིགས་པ་  
དང་། སྤང་སོགས་ལ་དམིགས་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་དེ་ལྟར་ཡོད་པའི་སྤྱིར།  
འཛིན་པར་ཉེ་བར་རྟོག་པའང་ཆོས་ཅན། རྣམ་པ་གཉིས་སྒྲུ་འདོད་དེ། གང་  
ཟག་རྩལ་དང་སྒྲེས་བྱ་བཏགས་པའི་ཏེན་ཅན་གྱི་དབྱེ་བས་དེ་ལྟར་ཡོད་པའི་  
སྤྱིར། གཉིས་པོ་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། རྣམ་པ་དགུ་དགུ་ཡོད་དེ། རང་དབང་ཅན་

གྱི་བདག་སོགས་གྱི་ངོ་བོ་ལ་དམིགས་པ་དང་། སྤང་སོགས་གྱི་ཉེན་ལ་དམིགས་  
པ་ལས་དེ་བཞིན་དུ་ཡོད་པའི་བྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ་ཁ་ཅིག་ན་རེ།  
ཤེས་སྒྲིབ་གཟུང་ཉོག་ཡིན་ན། །གཞི་དང་དེ་ཡི་གཉིན་པོ་ཡིས། །ཞེས་པའི་  
སྐབས་ནས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཤེས་སྒྲིབ་གཟུང་ཉོག་ཡིན་པས་ཁྲབ་ཟེར་  
ན། གཟུགས་སྤྱི་རོལ་དོན་འཛིན་གྱི་ཉོག་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར།  
ཤེས་སྒྲིབ་གང་ཞིག་གཟུང་ཉོག་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་ན། བདེན་འཛིན་ཡིན་  
པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་མ་ཁྲབ་ཟེར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཆོས་  
ཅན་དེ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་འདིར་བསྟན་ཤེས་སྒྲིབ་གཟུང་ཉོག་ཡིན་ན།  
བདེན་འཛིན་ཡིན་པས་ཁྲབ་ཟེར་ན། སྤང་གྱི་ཉོག་པ་དེ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ།  
དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་གཞི་དང་ཞེས་པའི་སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་ཤེས་  
སྒྲིབ་གཟུང་ཉོག་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་དེའི་སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་  
ཤེས་སྒྲིབ་ཉོན་མོངས་གཟུང་ཉོག་གི་དམིགས་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་ཤེས་སྒྲིབ་  
གཟུང་ཉོག་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། མ་རིག་པ་དེ་དེའི་སྐབས་ནས་ཤེས་  
སྒྲིབ་གཟུང་ཉོག་གི་དམིགས་ཡུལ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། འགྲེལ་པ་ལས།  
མ་རིག་པ་དང་། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། འདོད་ན། གཟུགས་སྤྱི་རོལ་དོན་  
གྱིས་སྟོང་པ་སྟོང་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། རང་རྒྱལ་



མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་དེ་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་  
ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཟུགས་སྤྱི་རྩིས་དོན་གྱིས་སྟོང་པ་མངོན་སུམ་དུ་  
རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་དངོས་ཀྱི་གཞལ་བྱའི་  
མཆོན་གཞི་གཅིག་ཡོད་པའི་སྤྱིར། ཁ་ཅིག་བདེན་འཛིན་ཡིན་ན། སྐབས་  
འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཤེས་སྤྱིབ་ཉོན་མོངས་གཟུང་རྟོག་དང་རྣམ་བྱང་  
གཟུང་རྟོག་གང་རུང་ཡིན་པས་ཁྲབ་ཟེར་ན། མ་རིག་པ་ལ་དམིགས་ནས་  
མོངས་སྤྱད་བྱར་བདེན་པར་མི་འཛིན་ཡང་དེ་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་  
འཛིན་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་སྤྱིར། འདོད་ན། གཞི་དང་ཞེས་པའི་སྐབས་  
ནས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཤེས་སྤྱིབ་ཉོན་མོངས་གཟུང་རྟོག་ཡིན་པར་ཐལ།  
འདོད་པ་གང་ཞིག་ཤེས་སྤྱིབ་རྣམ་བྱང་གཟུང་རྟོག་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། འདོད་  
ན། དེ་ཆོས་ཅན། རང་གི་དམིགས་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་ཆོས་ལ་དམིགས་ནས་  
མོངས་སྤྱད་བྱར་བདེན་པར་འཛིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྤྱིར། འདོད་མི་  
རུས་སོ།།

ཁ་ཅིག་འདིར་བསྟན་རྟོག་པ་ཡིན་ན། སྤང་བྱ་ཡིན་པས་ཁྲབ་ཟེར་ན།  
སྟོང་ཉིད་དོན་སྤྱིའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྟོར་ལམ་ཆོས་ཅན།  
དེར་ཐལ། དེའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། གཉིན་པོ་ཡིས། ཞེས་པའི་སྐབས་ནས་བསྟན་  
པའི་རྟོག་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། དེ་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་

དེ་དེའི་སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་རྟོག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱ་སྟེ། གཉེན་པོ་  
ཡིས། །ཞེས་པས་ཤེས་སྤྱོད་རྣམ་བུར་གཟུང་རྟོག་དངོས་སུ་བསྟན་པ་གང་  
ཞིག དེ་དངོས་སུ་བསྟན་པས་དེའི་དམིགས་ཡུལ་ཡང་དངོས་སུ་བསྟན་པར་  
འདོད་མི་འདོད་གང་ཡིན་ཀྱང་བསྟན་པར་འདོད་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཤེས་སྤྱོད་ཉོན་མོངས་གཟུང་རྟོག་དང་རྣམ་བུར་  
གཟུང་རྟོག་གཉིས་དམིགས་ཡུལ་གྱི་སྒྲོ་ནས་འབྱེད་དགོས་པའི་ཕྱིར། འདོད་  
ན་སྤྲོད། ཁ་ཅིག འདིར་བསྟན་སྤང་བྱ་རྟོག་པ་ཡིན་ན། རྟོག་པ་ཀུན་བཏགས་  
ཡིན་པས་བྱ་བ་ཟེར་ན། ཤེས་སྤྱོད་གཟུང་རྟོག་སྟོན་སྤྱོད་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ།  
དེའི་ཕྱིར། ཏགས་གསལ་སྤྱོད། ཁ་ཅིག གཟུང་རྟོག་དང་འཇིན་རྟོག་གང་རུང་  
ཡིན་ན། སྤང་བྱ་རྟོག་པ་ཡིན་པས་བྱ་བ་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། གཟུང་  
བ་འཇིན་པའི་རྟོག་པ་དེ་སྤང་བྱ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་རྟོག་པ་དོན་  
མཐུན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག འདིར་བསྟན་སྤང་བྱ་རྟོག་པ་ལ། དགག་རྟོག་  
གིས་བྱ་བ། ཡང་ཁ་ཅིག་གིས་སྤྱོད་རྟོག་གིས་བྱ་བ་ཟེར་ན། མ་རིག་པ་ལ་  
དམིགས་ནས་མོངས་སྤྱད་བྱར་བདེན་པར་འཇིན་པའི་བདེན་འཇིན་ཆོས་  
ཅན། དང་པོ་དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། མ་རིག་པ་དགག་པ་ཡིན་པར་  
ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །གཉིས་པ་ལ་ཡང་། བདེན་སྟོང་  
བདེན་པར་འཇིན་པའི་བདེན་འཇིན་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་

ན། མི་འཐད་པར་ཐལ། བདེན་སྟོང་དགག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མེད་  
དགག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག གཞི་དང་ཞེས་པའི་སྐབས་ནས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཤེས་  
སྒྲིབ་གཟུང་ཉིག་དང་། དེའི་གཉིན་པོ་ཡིས། །ཞེས་པའི་སྐབས་ནས་དངོས་སུ་  
བསྟན་པའི་ཤེས་སྒྲིབ་གཟུང་ཉིག་གཉིས་ཀྱི་གཞི་མ་ཐུན་པ་ཡོད་ཟེར་ན། དེ་  
མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་འགལ་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྟོབ་དཔོན་སེལ་  
བཟང་པོས་དེ་གཉིས་འགལ་བར་བཞེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་གཞི་དང་  
ཞེས་པའི་སྐབས་ནས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཤེས་སྒྲིབ་གཟུང་ཉིག་ཡིན་ན།  
གཟུང་ཉིག་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་ཤེས་སྒྲིབ་ཉོན་མོངས་གཟུང་ཉིག་ཁོ་ན་ཡིན་  
པས་བྱུང། དེ་ཡི་གཉིན་པོ་ཡིས་ཞེས་པའི་སྐབས་ནས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་  
ཤེས་སྒྲིབ་གཟུང་ཉིག་ཡིན་ན་རྣམ་བུར་གཟུང་ཉིག་ཁོ་ན་ཡིན་པས་བྱུང་བར་  
བཞེད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག གཟུང་བའི་ཆོས་ལ་དམིགས་ནས་ལོངས་སྤྱད་  
བྱར་བདེན་པར་འཇིན་པའི་བདེན་འཇིན། ཤེས་སྒྲིབ་ཉོན་མོངས་གཟུང་ཉིག་  
གི་མཆན་ཉིད། རྣམ་པར་བྱང་བའི་ཆོས་ལ་དམིགས་ནས་ནས་ལོངས་སྤྱད་བྱར་  
བདེན་པར་འཇིན་པའི་བདེན་འཇིན། ཤེས་སྒྲིབ་རྣམ་བུར་གཟུང་ཉིག་གི་  
མཆན་ཉིད་ཟེར་ན། མ་རིག་པ་བདེན་པར་འཇིན་ཡང་ལོངས་སྤྱད་བྱར་བདེན་  
པར་མི་འཇིན་པའི་བདེན་འཇིན་ཆོས་ཅན། མཆན་ཉིད་དང་པོ་དེར་ཐལ།

མཆོན་བྱ་དང་པོ་དེའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། མ་རིག་པ་བདེན་པར་འཛིན་པའི་  
 བདེན་འཛིན་ཡིན་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། རང་གི་དམིགས་ཡུལ་  
 ཏུ་གྱུར་པའི་ཆོས་ལ་དམིགས་ནས་ལོངས་སྤྱད་བྱར་བདེན་པར་འཛིན་པར་  
 ཐལ། འདོད་པའི་སྤྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །གཞན་ཡང་། དེ་ཆོས་ཅན། གཟུང་  
 བའི་ཆོས་ལ་དམིགས་ནས་དེ་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། གཟུང་བའི་ཆོས་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་མ་ཡིན་པའི་  
 སྤྱིར། དེར་ཐལ། མ་རིག་པ་འཛིན་པའི་རྟོག་པ་དེ་གཟུང་བའི་ཆོས་འཛིན་པའི་  
 རྟོག་པ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། མ་རིག་པ་ཞེས་པའི་ངག་དེ། གཟུང་བའི་  
 ཆོས་ཞེས་བརྗོད་པའི་ངག་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། སྤྱི་རྟོག་ཡུལ་ལ་སེལ་  
 འཇུག་ཡིན་པའི་སྤྱིར། སྤྱི་མ་ལ་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་བདེན་པར་འཛིན་  
 ཡང་དེ་ལོངས་སྤྱད་བྱར་བདེན་པར་མི་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་ཆོས་ཅན།  
 དེར་ཐལ། དེའི་སྤྱིར། ཏགས་གསལ་སྤྱར་གྱི་དེས་འགྲེ། ཁ་ཅིག་རྩིས་འཛིན་  
 གྱི་ཤེས་པ་ཡིན་ན། ཤེས་སྒྲིབ་རྩིས་འཛིན་རྟོག་པ་ཡིན་པས་བྱུང་བར་ན།  
 གང་ཟག་དོན་བྱེད་རུས་པར་འཛིན་པའི་ཤེས་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་  
 སྤྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། བྱུང་སྟེ། རྣམ་བཤད་ལས། རྩིས་  
 འཛིན་ལ་གཉིས་ཏེ། གང་ཟག་གི་དོན་བྱེད་རུས་པ་དང་། རང་རྒྱ་བྱུང་པའི་  
 རྩིས་ཡོད་ཏུ་འཛིན་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། ལོག་ཤེས་

ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཤེས་པ་དོན་མ་ཐུན་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་བཏགས་འཛིན་གྱི་ཤེས་པ་ཡིན་ན། ཤེས་སྒྲིབ་བཏགས་  
 འཛིན་ཉོག་པ་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན། གང་ཟག་བཏགས་ཡོད་དུ་འཛིན་པའི་  
 ཤེས་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བཏགས་ཡོད་པའི་ཞེས་  
 པའི་སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་བཏགས་འཛིན་གྱི་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 འདོད་ན་སྒྲོལ། ཁ་ཅིག་སྐབས་འདིར་བཏགས་འཛིན་ཞེས་པའི་དོན། ཉག་མི་  
 ཉག་གཉིས་སུ་བྱེ་བའི་ཉག་འཛིན་གྱི་དོན་ཡིན་བེད་ན། མི་འཐད་པར་ཐལ།  
 སྐབས་འདིར་བཏགས་འཛིན་ཞེས་པ་ནི་བཏགས་ཡོད་དུ་འཛིན་པ་དང་དེར་  
 བདེན་པར་འཛིན་པའི་དོན་གང་རུང་ལ་བྱེད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སྐབས་འདིར་  
 བཏགས་ཡོད་ཡིན་མིན་གྱི་དོན་རྗེས་སུ་གྲུབ་མ་གྲུབ་དང་། བཏགས་ཡོད་གྱི་  
 དོན་བཏགས་ཡོད་ཆོས་གསུམ་ཆང་བ་ལ་བྱེད་བེད་ན། འོ་ན། རྗེས་སུ་གྲུབ་  
 ན། རྗེས་ཡོད་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན།  
 སྐྱེས་བུ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འདུས་བྲས་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། བཏགས་ཡོད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འགྲེལ་པ་  
 ལས། སྐྱེས་བུ་བཏགས་པར་ཡོད་པའི་རྟོན་ཅན། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། བྱེ་  
 མ་ཡང་། མི་འཐད་པར་ཐལ། གཟུགས་ཀྱི་ཕུང་པོ་དང་གང་ཟག་གཉིས་  
 བཏགས་ཡོད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ཤེས་སྒྲིབ་རྗེས་འཛིན་ཉོག་པ་ཡིན་ན།



སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཤེས་སྒྲིབ་རྣམས་འཛིན་ཏྟག་པ་ཡིན་པས་  
 བྱུང་། ཤེས་སྒྲིབ་བཏགས་འཛིན་ཏྟག་པ་ལ་ཡང་དེ་ལྟར་བྱུང་བའི་ན། རྣམ་  
 མཐུན་ལ་དམིགས་ནས་ལོངས་སྤྱོད་པ་པོར་བདེན་པར་མི་འཛིན་ཡང་སྤྱིར་  
 དེ་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་ཆོས་ཅན། དང་པོ་དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར།  
 རང་གི་དམིགས་ལྷུ་ལ་དུ་གྱུར་པའི་རྣམས་ཡོད་ཀྱི་ཆོས་ལ་དམིགས་ནས་  
 བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རང་གི་  
 དམིགས་ལྷུ་ལ་དུ་གྱུར་པའི་རྣམ་མཐུན་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་སྟེ། རྣམ་མཐུན་རྣམས་ཡོད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 ཤེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། རང་གི་དམིགས་ལྷུ་ལ་དུ་  
 གྱུར་པའི་རྣམས་འཛིན་ལ་དམིགས་ནས་ལོངས་སྤྱོད་པ་པོར་བདེན་པར་འཛིན་  
 པའི་བདེན་འཛིན་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྣམས་སོ། །སྤྱི་མ་  
 ལ་ཡང་དེས་ཤེས།

གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། རང་གི་དམིགས་ལྷུ་ལ་དུ་གྱུར་པའི་གཟུང་  
 བའི་ཆོས་ལ་དམིགས་ནས་ལོངས་སྤྱོད་གྱུར་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་  
 འཛིན་དེ། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཤེས་སྒྲིབ་གཟུང་ཏྟག་གི་  
 མཆོད་ཉིད། དེ་ལ་དེར་གྱུར་པའི་ཉོན་མོངས་གཟུང་ཏྟག་དང་། རྣམ་གྱང་  
 གཟུང་ཏྟག་གཉིས་ཡོད། རང་གི་དམིགས་ལྷུ་ལ་དུ་གྱུར་པའི་ཉོན་མོངས་

ཕྱོགས་ཀྱི་ཆོས་ལ་དམིགས་ནས་ལོངས་སྤྱད་བྱར་བདེན་པར་འཛིན་པའི་  
 བདེན་འཛིན། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཤེས་སྒྲིབ་ཉོན་མོངས་  
 གཟུང་རྟོག་གི་མཆོན་ཉིད། རང་གི་དམིགས་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་རྣམ་བྱང་  
 ཕྱོགས་ཀྱི་ཆོས་ལ་དམིགས་ནས་ལོངས་སྤྱད་བྱར་བདེན་པར་འཛིན་པའི་  
 བདེན་འཛིན། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཤེས་སྒྲིབ་རྣམ་བྱང་གཟུང་  
 རྟོག་གི་མཆོན་ཉིད། དབྱེ་བ་ཆོག་དོན་གྱི་སྐབས་བཞིན་ནོ། །རང་གི་དམིགས་  
 ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་འཛིན་པའི་ཆོས་ལ་དམིགས་ནས་ལོངས་སྤྱོད་པ་པོར་  
 བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་  
 ཤེས་སྒྲིབ་འཛིན་རྟོག་གི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་དེར་གྱུར་པའི་རྣམ་འཛིན་རྟོག་པ་  
 དང་། བཏགས་འཛིན་རྟོག་པ་གཉིས་ཡོད། རང་གི་དམིགས་ཡུལ་དུ་གྱུར་  
 པའི་རྣམ་འཛིན་དང་། བཏགས་འཛིན་གྱི་ཆོས་ལ་དམིགས་ནས་ལོངས་སྤྱོད་  
 པ་པོར་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་གཉིས་རིམ་པ་བཞིན་དུ། སྐབས་  
 འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཤེས་སྒྲིབ་རྣམ་འཛིན་རྟོག་པ་དང་། བཏགས་  
 འཛིན་རྟོག་པའི་མཆོན་ཉིད་དུ་རིམ་པར་འཛོལ། སྤྲ་བྱེ་གཉིས་ཀའི་མཆོན་  
 གཞི་འཛོལ་ཚུལ་ཡང་དེས་ཤེས་པར་བྱའོ།

གསུམ་པ་ཚེད་པ་སྤོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་ཤེས་སྒྲིབ་གཟུང་རྟོག་དང་འཛིན་  
 རྟོག་གཉིས་འགལ་བར་ཐལ། ཤེས་སྒྲིབ་ཉོན་མོངས་གཟུང་རྟོག་དང་རྣམ་བྱང་

གཟུང་རྟོག་གཉིས་འགལ་བའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། རེ་ཞིག་མ་བྱུང་། འདོད་མི་རུས་  
 ཏེ། རྣམ་མཁུན་བདེན་པར་འཇིན་པའི་བདེན་འཇིན་དེ་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་མཁུན་གཟུང་བ་དང་འཇིན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 དེ་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁོ་ན་རེ། ཤེས་སྒྲིབ་ཉོན་  
 མོངས་གཟུང་རྟོག་དང་། རྣམ་བྱང་གཟུང་རྟོག་གཉིས་མི་འགལ་བར་ཐལ། དེ་  
 གཉིས་ཀྱི་གཞི་མཐུན་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྒྱ་སྟོམས་འཇུག་གི་  
 བསམ་གཏན་ཀྱི་དངོས་གཞི་ལ་དམིགས་ནས་བདེན་པར་འཇིན་པའི་བདེན་  
 འཇིན་དེ་དེ་གཉིས་ཀྱི་གཞི་མཐུན་པར་ཁ་ཅིག་གིས་བཞེད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན་  
 དཔྱད་དོ།

ཁ་ཅིག གཞི་དང་ཞེས་པའི་སྐབས་ནས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཤེས་  
 སྒྲིབ་ཉོན་མོངས་གཟུང་རྟོག་དང་། དེ་ཡི་གཉེན་པོ་ཡིས་ཞེས་པའི་སྐབས་  
 ནས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཤེས་སྒྲིབ་རྣམ་བྱང་གཟུང་རྟོག་གཉིས་མི་འགལ་  
 བར་ཐལ། དང་པོ་དེ་ཡིན་ན། གཉིས་པ་དེ་ཡིན་པས་བྱུང་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 ཉི་ཁྱི་སྒྲུང་བ་ལས། གཟུང་བའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་པོ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་  
 གཉིས་པ་ཡང་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། སྟོན་མེད་དེ། ཤེས་  
 སྒྲིབ་གཟུང་རྟོག་གི་དམིགས་ཡུལ་དེ་ལ་གཉིས་ཡོད་པའི་རྣམ་བྱང་ཕྱོགས་ཀྱི་  
 ཆོས་ལ་དམིགས་ནས་ལོངས་སྤྱད་བྱར་བདེན་པར་འཇིན་པའི་བདེན་འཇིན་

ནམས་ཤེས་སྒྲིབ་ནམ་བུར་གཟུང་རྟོག་ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པའི་བྱིར།  
 འོན་ཀྱང་སྒྲོབ་དཔོན་འཕགས་པས་གཟུང་རྟོག་གཉིས་ལ། ཉོན་མོངས་གཟུང་  
 རྟོག་དང་ནམ་བུར་གཟུང་རྟོག་གི་ཐ་སྙད་གསལ་བར་མ་མཛད་ལ།      སྒྲོབ་  
 དཔོན་སེལླེ་བཟང་པོས་ཉོན་མོངས་གཟུང་རྟོག་དང་ནམ་བུར་གཟུང་རྟོག་གི་  
 ཐ་སྙད་གསལ་བར་མཛད་དེ།      སྐབས་འདིར་བཞེད་པ་མི་འདྲ་བ་མང་ངོ་། །  
 གོང་དུ་འདོད་མི་བྱས་ཏེ། རྒྱན་སྒྲུང་ལས། འདི་གཉིས་ཐ་དད་པ་ཁོ་ནའོ། །ཞེས་  
 དེ་གཉིས་འགལ་བར་བཤད་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་དེ་གཉིས་མི་འགལ་བར་ཐལ།  
 ཀྱན་བུར་གཉིས་ཀའི་ཆོས་ལ་དམིགས་ནས་མོངས་སྐྱད་བུར་བདེན་པར་  
 ཞེན་པའི་བདེན་འཛིན་དེ།      ཤེས་སྒྲིབ་ཉོན་མོངས་གཟུང་རྟོག་དང་ནམ་བུར་  
 གཟུང་རྟོག་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཤེས་སྒྲིབ་ཉོན་མོངས་  
 གཟུང་རྟོག་གང་ཞིག་ཤེས་སྒྲིབ་ནམ་བུར་གཟུང་རྟོག་ཡིན་པའི་བྱིར། དང་པོ་  
 དེར་ཐལ།      ཉོན་མོངས་སྟོགས་ཀྱི་ཆོས་ལ་དམིགས་ནས་བདེན་པར་འཛིན་  
 པའི་བདེན་འཛིན་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཀྱན་བུར་གཉིས་ཀའི་ཆོས་ལ་  
 དམིགས་ནས་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་ཡིན་པའི་བྱིར།      ཟེར་ན།  
 མ་ཁྱལ། ཁ་ཅིག་ན་རེ། གང་ཟག་རྣམས་ཡོད་དང་སྐྱེས་བུ་བཏགས་ཡོད་ཡིན་  
 པར་ཐལ། འགྲེལ་པ་ལས། གང་ཟག་རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་རྟོན་དང་། སྐྱེས་བུ་  
 བཏགས་པར་ཡོད་པའི་རྟོན་ཅན། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར།      ཟེར་ན། སྒྲོན་

མེད་དེ། དེ་ནི། གང་ཟག་རང་རྒྱ་བྱུང་པའི་རྩ་ཡོད་དུ་འཛིན་པའི་རྟོག་པ་དེ།  
 ཞེས་སྒྲིབ་རྩ་ཡོད་རྟོག་པའི་དམིགས་ཡུལ་དུ་བསྟན་པའི་དོན་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། དེ་བཏགས་ཡོད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྒྲིབ་བྱ་  
 བཏགས་ཡོད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་སྟེ། དེ་གཉིས་དོན་གཅིག་ཅིང་། རང་གི་  
 བྱང་པོའི་སྟངས་ནས་བཏགས་པའི་ཆ་ནས་འཛོག་པར་མཚུངས་པའི་ཕྱིར།  
 དེར་ཐལ། མདོ་ལས། དེ་བཞིན་བྱང་པོ་རྣམས་བརྟེན་ནས། །ཞེས་གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་གང་ཟག་ཆོས་ཅན། རྩ་ཡོད་ཡིན་པར་ཐལ། དོན་བྱེད་  
 རྒྱས་པའི་རྩ་ཡོད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་བྲལ། ཏགས་དེར་ཐལ། དོན་  
 བྱེད་རྒྱས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་སོ། ཟེར་ན། ཞེས་བྱ་ཆོས་ཅན།  
 རྩ་ཡོད་ཡིན་པར་ཐལ། བརྟེན་པའི་རྩ་ཡོད་དང་རིགས་པས་བྱུང་པའི་  
 རྩ་ཡོད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་ཁས། འདོད་མི་རྒྱས་སོ། ཁ་ཅིག་ན་རེ། སྒྲིབ་  
 ཏག་འཛིན་རྟོག་པ་ཆོས་ཅན། རྩ་ཡོད་དང་བཏགས་འཛིན་གཉིས་ཀ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། རྩ་ཡོད་གང་ཞིག་ཏག་འཛིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། དོན་ལ་  
 བཏགས་པར་བྱའོ། །འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། ལོག་ཞེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁོ་ན་རེ།  
 རི་བོང་གི་རྩ་བཏགས་ཡོད་དུ་འཛིན་པའི་རྟོག་པ་ཆོས་ཅན། ཞེས་པ་དོན་  
 མཐུན་ཡིན་པར་ཐལ། བཏགས་འཛིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་  
 དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་སྟེ། གང་ཟག་བཏགས་ཡོད་དུ་འཛིན་པའི་ཞེས་པ་



ཡིན་ན། བཏགས་འཛིན་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ།

ཡོངས་འཛིན།

༺ ཐེག་ཆེན་སྐྱོར་ལམ་པའི་ཡོངས་འཛིན་འཆད་པ་ནི། སེམས་མི་  
འགོང་བ་ཉིད་ལ་སོགས། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་གཅིག་  
གསུངས། དེ་གང་ལས་འཕྲོས་པ་ནི། མདོ་ལས། བྱང་ཆེན་ཤེར་ཕྱིན་ལ་སྐྱོད་  
པའི་ཆོ། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་དང་ལྡན་པའི་སེམས་ཀྱིས་གཟུགས་  
མི་རྟག་ཅེས་བྱ་བར་སོ་སོར་རྟོག་ཀྱང་དེ་མི་དམིགས་སོ། ཞེས་སོགས་དང་།  
རབ་འབྱོར་གཞན་ཡང་བྱང་ཆེན་ཀྱི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉིན་ནི། གང་དེ་ལ་  
གཟུགས་མི་རྟག་ཅེས་བྱ་བར་མི་དམིགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཆོས་སྟོན་ཅིང་།  
ཞེས་སོགས་ཀྱི་གཞུང་ལས་འཕྲོས་སོ། །དེ་དག་གི་དོན་འགྲེལ་པར་འཆད་པ་  
ལ། སེམས་མི་འགོང་ཞིང་མི་སྐྱག་པ་ལ་སོགས་པའི་ཐབས་མཁས་པས་ཞེས་  
པ་ནས་ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་ཡིན་ལོ་ཞེས་པའི་བར་གསུངས།

འདིའི་སྐབས་སུ་གཉིས་ལས་ཆོག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་  
པོ་ནི། སྟོང་ཉིད་ཐབས་མོ་ལ་སེམས་མི་འགོང་ཞིང་མི་སྐྱག་པ་ཉིད་ལ་སོགས་  
པའི་ཐབས་མཁས་པ་དང་། དེའི་མི་མཐུན་སྒྲོགས་ཉན་རང་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་  
བསམ་པ་དང་བདེན་ཞེན་ཅི་རིགས་སོར་བའི་བྱང་སེམས་སྐྱོར་ལམ་པའི་ཡེ་  
ཤེས་ཆོས་ཅན། རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་བྱང་སེམས་སྐྱོར་ལམ་པའི་ནང་གི་ཡོངས་

འཛིན་ཡིན་ཏེ། དེ་སྤྱིད་ཞིའི་མཐའ་གང་རུང་དུ་མི་ལྟར་བར་འཛིན་པར་བྱེད་  
 པའི་དེའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་བྱིར། བྱང་སེམས་སྦྱོར་ལམ་པ་ལ་ཆོས་ཐམས་  
 ཅད་དོན་དམ་པར་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་དང་བདེན་པར་མེད་པ་སོགས་སྟོན་པར་  
 བྱེད་ཅིང་དགོ་བཤེས་དེའི་མི་མ་ཐུན་སྦྱོགས་བདུད་དང་སྤྲིག་སྦྱོགས་སོགས་  
 བོར་བའི་སྟོན་པ་མཆོག་གི་སྤྱལ་སྤྱུ་ཆོས་ཅན། བྱང་སེམས་སྦྱོར་ལམ་པའི་  
 བྱིའི་ཡོངས་འཛིན་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་ཐབས་ཤེས་རྫོགས་པར་སྟོན་པའི་དགོ་བའི་  
 བཤེས་གཉེན་ཡིན་པའི་བྱིར། ཀླང་པ་བྱི་མ་གཉིས་ཀྱི་དོན་ཡོངས་འཛིན་  
 གཉིས་ཀ་ལ་སྦྱོར་བའོ།

གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་ན་རེ།  
 བྱང་སེམས་སྦྱོར་ལམ་པའི་ཡོངས་འཛིན་དུ་གྱུར་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། ཐེག་  
 ཆེན་པ་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན། དེའི་ཡོངས་འཛིན་དུ་གྱུར་པའི་ཉན་ཐོས་དག་  
 བཅོམ་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་  
 བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་བྱིར། འཕགས་པ་རབ་འབྱོར་ལ་སོགས་པའི་  
 ཉན་ཐོས་མང་པོས་བྱང་སེམས་སྦྱོར་ལམ་པ་ལ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་སྟོན་  
 པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་དག་ལ་ཐོས་སྦྱོགས་པ་ཞེས་འཆད་པའི་རྒྱ་མཆོན་  
 ཡོད་པའི་བྱིར། འདོད་ན་སྤོ། །ཁ་ཅིག བྱང་སེམས་སྦྱོར་ལམ་པའི་བྱི་ནང་  
 གི་ཡོངས་འཛིན་གང་རུང་ཡིན་ན། བྱང་སེམས་སྦྱོར་ལམ་པའི་བདག་རྒྱུན་

ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན། སྟོན་པ་མཆོག་གི་སྒྲུལ་སྒྲུ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིའི་ཡོངས་འཛིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཆོས་  
 ཅན། བྱང་སེམས་སྟོར་ལམ་པའི་རྒྱ་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་བདག་རྒྱུན་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། དེ་དེའི་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་  
 བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་  
 འཕགས་པ་དེ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 འབྲུག་པ་ལས། །སངས་རྒྱས་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ལས་འབྲུངས་ཤིང་། །  
 ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། །

གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། བྱང་སེམས་སྟོར་ལམ་པ་སྤེད་ཞི་གང་རུང་  
 དུ་མི་ལྟར་བར་འཛིན་པར་བྱེད་པའི་བྱང་སེམས་པའི་དེའི་མཐུན་པ། བྱང་  
 སེམས་སྟོར་ལམ་པའི་ནང་གི་ཡོངས་འཛིན་གྱི་མཆོན་ཉིད། བྱང་སེམས་  
 སྟོར་ལམ་པ་ལ་ཐབས་ཤེས་རྫོགས་པར་སྟོན་པའི་ཐེག་ཆེན་དག་པའི་  
 བཤེས་གཉེན་དེ། བྱང་སེམས་སྟོར་ལམ་པ་ལ་ཐབས་ཤེས་རྫོགས་པར་སྟོན་  
 པའི་ཕྱིའི་ཡོངས་འཛིན་གྱི་མཆོན་ཉིད།

གསུམ་པ་ཅོད་པ་སྟོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་བྱང་སེམས་སྟོར་ལམ་པའི་རྒྱད་  
 གྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་གྱི་བསྐྱབ་པར་གྱུར་པའི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པའི་  
 གཟུགས་ཆོས་ཅན། མཐུན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱང་སེམས་སྟོར་ལམ་པའི་

ནང་གི་ཡོངས་འཛིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

དེར་ཐལ། དེ་བྱང་སེམས་སྒྲོར་ལམ་པའི་ནང་གི་ཡོན་ཏན་གང་ཞིག  
དེས་བྱང་སེམས་སྒྲོར་ལམ་པ་སྤྲོད་ཞིག་གང་རུང་དུ་མི་ལྟོང་བར་འཛིན་པའི་  
ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་སྒྲུལ། འདོད་མི་རྒྱས་སོ། །ཁ་ཅིག་བྱང་སེམས་སྒྲོར་  
ལམ་པ་ལ་ཐབས་ཤེས་རྫོགས་པར་སྟོན་རྒྱས་པའི་ཐེག་ཆེན་ལམ་མ་ཁྲུགས་  
མེད་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ།  
འཕགས་པ་ལྷ་རིའི་བྱ་ལྟ་བུས་ཐབས་ཤེས་རྫོགས་པར་སྟོན་རྒྱས་པའི་ཕྱིར་  
ཟེར་ན། དེ་བྱང་སེམས་སྤྱོད་བཤད་པ་ཡང་ཡོད་པས་སྐབས་ཀྱིས་འབྲེད་དོ།

### རིགས།

བཞི་པ་ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་རྟེན་རང་བཞིན་གནས་རིགས་འཆད་པ་  
ནི། རྟོགས་པ་ཡི་ནི་ཆོས་དྲུག་དང་། །ཞེས་པ་ནས། འཇུག་པའི་རྟེན་ལ་  
རིགས་ཤེས་བྱ། །ཞེས་པའི་བར་ཡན་ལག་དང་བཅས་པ་གསུངས། དེ་དག་  
གང་ལས་འཕྲོས་པ་ནི། མདོ་ལས། རབ་འབྱོར་ནམ་མཁའ་ལ་བྱའི་རྗེས་མེད་  
ཅིང་མི་དམིགས་སོ། །ཞེས་སོགས་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་འོད་ལ་གནས་མེད་  
ཅིང་མི་དམིགས་སོ། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལས་འཕྲོས་སོ། །དེ་དག་གི་  
དོན་འགྲེལ་པར་འཆད་པ་ལ། རེ་ཞིག་དང་པོར་འཛིན་རྟེན་པའི་ངེས་པར་  
འབྲེད་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་རྣམས་སོ། །ཞེས་པ་ནས། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་

ངོ་པོ་ཉིད་ཁོ་ན་ལ་རིགས་ཞེས་བསྟན་ཏོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས།

འདིའི་སྐབས་སུ་ཆིག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི།  
 ཐེག་ཆེན་སྒྲུབ་ལམ་དོད་སོགས་བཞི་དང་། ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་སྒྲོམ་གྱི་ལམ་  
 གཉིས་ཏེ་རྟོགས་པ་ཡི་ནི་ཆོས་དྲུག་གི་ཆོས་ཉིད་ཅན། ཁྱོད་ལ་རིགས་ཞེས་  
 བྱ་སྟེ། ཁྱོད་ལ་དམིགས་ནས་བསྒྲོམས་པས་རང་གི་བརྟེན་ཆོས་སུ་གྱུར་པའི་  
 ཐེག་ཆེན་སྒྲུབ་པ་གོང་ནས་གོང་འཕེལ་དུ་འགྱུར་བའི་རིགས་ཡིན་པའི་བྱིད།  
 དེ་བཞིན་དུ་གཉིན་པོ་བར་ཆད་མེད་ལམ་སྟེ་བ་ལ་མངོན་དུ་སྟོགས་པ་དང་།  
 སྤང་བའི་ས་བོན་འགགས་པ་ལ་མངོན་དུ་སྟོགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྤོང་བ་  
 དང་། སྤང་བའི་དག་ཡོངས་སུ་གཏུགས་པ་སྟེ་ཟད་པའི་རྣམ་གྲོལ་ལམ་དང་།  
 མིད་ཞིའི་མཐའ་འགོག་བྱེད་གྱི་ཤེས་རབ་སྣང་བཅུར་བཅས་པ་དང་། སྒྲོབ་མ་  
 ཉན་ཐོས་སོགས་དང་ཐུན་མོང་མིན་པ་ཉིད་དང་། གཞན་གྱི་དོན་གྱི་གོ་རིམ་  
 སྒྲུབ་པ་དང་། རི་ལྷ་རི་སྟེད་ལ་ཡེ་ཤེས་རྩོལ་བ་མི་མངའ་བར་འཇུག་པའི་རྟེན་  
 ཆོས་ཉིད་ལ་རིགས་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེའི་རྟོགས་སྤར་བཞིན་ནོ། །འདི་དག་གི་སྤར་  
 མ་དྲུག་ལ་མི་མཐུན་པ་ཆེར་མེད་ཀྱང་། གཞན་རྣམས་ཀྱིས་མཆོམས་ལ་རྒྱ་  
 གར་བ་དག་ཀྱང་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་སྤང་ཡང་རྣམ་བཤད་ཀྱི་དགོངས་པ་ནི།  
 རྟོགས་པའི་ཆོས་དྲུག་ནི་ཆིག་དོན་སྟར་དང་། །གཉིན་པོ་དང་ནི་སྤོང་བ་  
 དང་། །ཞེས་པས་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་སྒྲོམ་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ལ་



སྤང་བྱ་སྤྱོད་ཚུལ་གྱི་རིམ་པ་གཉིས་སུ་བྱེ་བ་དང་། །དེ་དག་ཡོངས་སུ་  
གཏུགས་པ་དང་། །

ཞེས་པས་དེ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་གྲོལ་ལམ་གཅིག་ཏུ་བྱས་ཤིང་། ས་བདུན་  
པ་མན་ཆད་ཀྱི་རྣམ་གྲོལ་ལམ་སྟུང་བ་དང་། ཞེས་རབ་སྟོང་བཅེར་བཅས་པ་  
ས་བརྒྱད་པ་དང་། སྟོབ་མ་བུན་མོང་མིན་ཉིད་ས་དགུ་པ་དང་། གཞན་གྱི་དོན་  
གྱི་གོ་རིམ་གྱི་སྒྲུབ་པ་དང་། ཡེ་ཞེས་ཚུལ་བ་མི་མངའ་བའི་སྒྲུབ་པ་གཉིས་ས་  
བཅུ་པ་ལ་སྒྱུར་བ་སྤང་ལ། དེ་ཡང་དངོས་བསྟན་ལ་དགོངས་པའོ། །

གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་རིགས་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན། ཐེག་  
དམན་སྟོབ་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་སུ་  
འགྱུར་རུང་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། སེམས་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར། འདོད་མི་  
རུས་ཏེ། ཐེག་དམན་གྱི་རིགས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་དམན་སྟོབ་པ་  
ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཁ་ཅིག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་ཅན་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་  
རིགས་ཅན་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ།

ཐེག་དམན་པ་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་ཅན་མིན་དགོས་པའི་  
སྤྱིར། ཁ་ཅིག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་དང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་ཅན་འགལ་  
བེད་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་ཅན་ཡིན་ན། སངས་

རྒྱས་ཀྱི་རིགས་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། སངས་རྒྱས་  
སྤྱ་འགྲུར་རུང་གི་ཆོས་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་ཡིན་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་ཅན་  
ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་བ། ཐེག་ཆེན་སྒྲློར་ལམ་གྱི་ཆོས་ཉིད་ཆོས་ཅན། དེར་  
ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་སྤྱ་འགྲུར་རུང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་  
ཐལ། རོ་བོ་ཉིད་སྒྲློར་འགྲུར་རུང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། འདུས་བྱས་ཡིན་  
པར་ཐལ་ལོ། །ཁ་ཅིག་ སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱད་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་གང་ཞིག་  
རོ་བོ་ཉིད་སྒྲློར་འགྲུར་རུང་། རང་བཞིན་གནས་རིགས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན།  
ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་གྱི་ཆོས་ཉིད་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ།

མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་སྤྱ་འགྲུར་པའི་  
སྒྲོང་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་གྱི་ཆོས་ཉིད་དེ།  
སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་གང་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཐེག་  
ཆེན་མཐོང་ལམ་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་དེ། སེམས་བདེན་པར་  
འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་སོ།།  
རེ་ཞིག་སོང་། ཁ་ཅིག་ ཆོས་ཉིད་གང་ཞིག་ གནས་འགྲུར་མཐར་ཐུག་པའི་  
དུས་སྤྱ་རོ་བོ་ཉིད་སྒྲློར་འགྲུར་རུང་། རང་བཞིན་གནས་རིགས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་  
ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། གནས་འགྲུར་མཐར་ཐུག་པའི་ཆེ་རོ་བོ་ཉིད་

སྐྱར་འགྱུར་རུང་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་ཆེ་སངས་རྒྱས་སུ་འགྱུར་  
རུང་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སེམས་ཅན་ཡིན་ན། གནས་འགྱུར་མཐར་  
བྱུག་པ་ན། སངས་རྒྱས་སུ་གྱུར་བའི་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སེམས་ཅན་  
ཀྱི་རྒྱད་ཀྱི་ངེ་མ་དང་བཅས་པའི་ཆོས་ཉིད་གང་ཞིག རོ་བོ་ཉིད་སྐྱར་འགྱུར་  
རུང་། རང་བཞིན་གནས་རིགས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། བྱང་སེམས་རྒྱན་  
མཐའ་བའི་རྒྱད་ཀྱི་རང་བཞིན་གནས་རིགས་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དེར་  
ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། བྱང་སེམས་རྒྱན་མཐའ་བའི་  
རྒྱད་ལ་ངེ་མ་མེད་པར་བསྐྱབས་བའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་རང་བཞིན་གནས་  
རིགས་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་རྟེན་རང་བཞིན་གནས་རིགས་ཡིན་པས་  
ཁྱབ་ཟེར་ན། ལམ་མ་ཞུགས་ཀྱི་གང་ཟག་གི་རྒྱད་ཀྱི་རང་བཞིན་གནས་  
རིགས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ལམ་མ་ཞུགས་ཀྱི་གང་  
ཟག་གི་རྒྱད་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་དེ་རང་བཞིན་གནས་རིགས་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། ལམ་མ་ཞུགས་ཀྱི་གང་ཟག་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱད་ཀྱི་  
སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་རང་བཞིན་གནས་རིགས་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་སེམས་  
ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱད་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པར་  
ཐལ་ལོ། །ཁ་ཅིག་རང་བཞིན་གནས་རིགས་ཡིན་ན། བྱང་ཆུབ་ཏུ་འགྱུར་རུང་  
ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཐེག་དམན་དགྲ་བཅོམ་པའི་

རྒྱུད་ལ་བྱང་ཆུབ་ཏུ་གྱུར་ཟེན་པའི་རང་བཞིན་གནས་རིགས་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
 དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་བྱང་ཆུབ་ཏུ་གྱུར་ཟེན་པའི་ཐར་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་  
 ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཐར་བ་དེ་གནས་སྐབས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་  
 ཐལ། གནས་སྐབས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་གཅིག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སྐྱབ་པའི་  
 ཉེན་རང་བཞིན་གནས་རིགས་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་ཉེན་རང་བཞིན་  
 གནས་རིགས་ཡིན་པས་བྱབ་ཟེར་ན། ཐེག་དམན་སྐྱབ་པའི་ཉེན་རང་བཞིན་  
 གནས་རིགས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་དམན་ཀྱི་ལམ་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར།

འདོད་ན་སྒྲ། ཁ་ཅིག་ཆོས་དབྱིངས་གང་ཞིག་ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་ཉེན་  
 གཞི་བྱེད་པ། ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་ཉེན་རང་བཞིན་གནས་རིགས་ཀྱི་མཆོན་  
 ཉིད་ཟེར་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ། མཆོན་  
 ཉིད་དེའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པས་རང་ཉིད་ལ་དམིགས་  
 ནས་བསྟོམས་པས་ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པ་གོང་ནས་གོང་འཕེལ་དུ་འགྱུར་བའི་  
 ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་ཅིག་ན་རེ། བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་  
 གང་ཞིག་ ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་ཉེན་གཞིར་བྱེད་པ། ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་ཉེན་  
 རང་བཞིན་གནས་རིགས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་

བདེན་འཛིན་གྱི་ཆོས་ཉིད་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ། མཆོན་ཉིད་དེའི་  
ཕྱིར། འདོད་ན། བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་བདེན་འཛིན་དེ་སངས་རྒྱས་སུ་  
འགྱུར་རུང་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། །འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་ཅིག་ གཟུགས་སྐྱར་  
གནས་འགྱུར་རུང་། རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། བྱང་  
སེམས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་  
དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སློབ་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་  
ན། མི་འཐད་པར་ཐལ། ཞེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཐུབ་སྟེ། ཞེས་པ་གཟུགས་  
ཅན་དུ་འགྱུར་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའི་འདུས་བྱས་ཀྱི་  
སྐྱར་འགྱུར་རུང་། རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། དེ་ཞིག་  
སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཡོད་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའི་འདུས་བྱས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེར་འགྱུར་རུང་  
ཡོད་པའི་ཕྱིར། མ་ཐུབ་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་སངས་རྒྱས་མ་ཡིན་པ་ཡོད་  
པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་  
ཐལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའི་སངས་རྒྱས་སུ་འགྱུར་རུང་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐྱར་འགྱུར་རུང་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་  
སོང་། འོན་ཀྱང་། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཆོས་སུ་འགྱུར་རུང་གི་



སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་གྱི་ཆོས་ཡོད་ཟེར་བ་དང་། སངས་རྒྱས་གྱི་སྐུ་ལ་བསྐྱེད་  
 པའི་སངས་རྒྱས་གྱི་རིགས་དང་། དེར་འགྱུར་རུང་ཡོད་ཟེར་བ་རྣམས་ལ་  
 དབྱུང་པར་བྱའོ། ཁ་ཅིག་ ཟག་མེད་སེམས་གྱི་ས་བོན་དེ་རང་བཞིན་གནས་  
 རིགས་དང་། རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་གང་རུང་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་ཆོས་ཅན།  
 སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་གྱི་ཆོས་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་གང་རུང་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། འདོད་ན། མི་འཐད་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ལ་རྣམ་  
 མཐུན་གྱི་ས་བོན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་རྣམ་མཐུན་དེ་ས་  
 བོན་དང་བཅས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ དབྱུ་མ་པ་དང་སེམས་ཅན་པ་ལ་རང་  
 བཞིན་གནས་རིགས་དང་རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་འཛོག་ཚུལ་ལ་བྱུང་པར་  
 མེད་ཟེར་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དབྱུ་མ་པས་རང་བཞིན་གནས་རིགས་འཛོག་  
 པའི་ཆེ་ཆོས་ཉིད་ཅིག་ལ་འཛོག་ལ། སེམས་ཅན་པས་ཟག་མེད་སེམས་གྱི་  
 ས་བོན་ཞིག་ལ་འཛོག་པའི་ཕྱིར། །

གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། སངས་རྒྱས་སྐུ་འགྱུར་རུང་། སངས་རྒྱས་  
 གྱི་རིགས་གྱི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་རང་བཞིན་གནས་རིགས་དང་། རྒྱས་འགྱུར་  
 གྱི་རིགས། དེ་ལས་གཞན་པའི་རིགས་དང་གསུམ་ཡོད། ཆོས་དབྱེད་ས་གང་  
 ཞིག་ རོ་བོ་ཉིད་སྐུ་འགྱུར་རུང་། རང་བཞིན་གནས་རིགས་གྱི་མཆོན་ཉིད།  
 ཁོ་བོས་ནི། སངས་རྒྱས་གྱི་སྐུ་འགྱུར་རུང་། རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་གྱི་

མཚན་ཉིད་དུ་འདོད་ལ། རྣམ་བཤད་ཀྱི་སྐྱེས་ཐེན་ལྟར་ན། གཟུགས་ཀྱི་སྐྱར་  
འགྱུར་རུང་ཞིག་མཚན་ཉིད་དུ་འདོད་དོ། །

རང་བཞིན་གནས་རིགས་ལ་ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་རྟེན་རང་བཞིན་  
གནས་རིགས་དང་། ཐེག་དམན་སྐྱབ་པའི་རྟེན་རང་བཞིན་གནས་རིགས་  
གཉིས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རྒྱུད་ཀྱི་རང་གི་རྟེན་དུ་གྱུར་པའི་ཐེག་ཆེན་  
སྐྱབ་པའི་ཆོས་ཉིད་གང་ཞིག ཐེག་ཆེན་པས་རང་ཉིད་ལ་དམིགས་ནས་  
བསྐྱོམས་པས་ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པ་གོང་ནས་གོང་འཕེལ་དུ་འགྱུར་བ། ཐེག་ཆེན་  
སྐྱབ་པའི་རྟེན་རང་བཞིན་གནས་རིགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། ཐེག་ཆེན་སྐྱོར་ལམ་  
ཐོབ་པའི་རང་གི་རྟེན་དུ་གྱུར་པའི་ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་ཆོས་ཉིད་གང་ཞིག  
ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་དངོས་ཀྱི་རྟེན་གཞི་བྱེད་པ། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་  
བསྟན་པའི་ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་རྟེན་རང་བཞིན་གནས་རིགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད།  
རྒྱས་འགྱུར་ཀྱི་རིགས་ལ་ཐེག་པ་གསུམ་ཀྱི་རྒྱས་འགྱུར་ཀྱི་རིགས་རྣམས་  
སུ་ཡོད་ཅིང་། དེ་གསུམ་གང་དུ་ཡང་མ་གཏོགས་པ་མ་ངེས་པའི་རིགས་ཀྱང་  
བཞེད་དོ། །རིགས་ཆད་ཀྱི་སེམས་ཅན་མེད་དེ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
སངས་རྒྱས་ངེས་སུ་འདོད་པའི་བྱིར། རང་བཞིན་གནས་རིགས་དང་རྒྱས་  
འགྱུར་ཀྱི་རིགས་གང་རུང་མ་ཡིན་པ་ནི། བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་འགོག་  
བདེན་ལྟ་བུའོ། །ཐེག་ཆེན་ཀྱི་རིགས་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་

རིགས་ཡིན་པས་མ་ཐུབ་ཏེ། ཐེག་ཆེན་ལམ་མ་ཐུགས་ཀྱི་གང་ཟག་གི་རྒྱུ་  
 ལ་ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་སུ་གྱུར་པའི་སྒྲིང་རྩེ་སོགས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་  
 མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས། སྦྱོར་བའི་སྡོན་དུ་སྒྲིང་རྩེ་དང་། །མོས་པ་དང་ནི་བཟོད་པ་  
 དང་། །དགེ་ལ་ཡང་དག་སྦྱབ་པ་ནི། །རིགས་ཀྱི་རྟགས་སུ་ཤེས་པར་བྱ། །  
 ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། རང་བཞིན་གནས་རིགས་དེ་གཏེར་དང་ཆོས་  
 མཚུངས་པ་ཡིན་ཏེ། རྒྱུད་སྒྲུ་མ་ལས། དེ་ལྟར་མི་དབྱལ་བྱིས་ནང་ས་འོག་  
 བ། །མི་བད་པ་ཡི་གཏེར་ནི་ཡོད་གྱུར་ལ། །མི་དེས་དེ་མི་ཤེས་ཤིང་གཏེར་དེ་  
 ཡང་། །དེ་ལ་ང་འདིར་ཡོད་ཅེས་མི་སྦྲེལ་ལྟར། །དེ་བཞིན་ཡིད་ཀྱི་ནང་ཚུང་རིན་  
 ཆེན་གཏེར། །ཞེས་སོགས་དང་། གཞན་ཡང་། དཔེ་དགུ་དང་དོན་དགུར་  
 གྲས་ནས་འཆད་པར་མཛད་ཅིང་། རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་དཔག་བསམ་གྱི་  
 ཤིང་དང་ཆོས་མཚུངས་པར་བཤད་དོ། །ཞར་ལ་སེམས་ཅམ་པས་རིགས་  
 འདོད་ཚུལ་གྱི་ཐུང་པར་བཤད་པ་ལ། སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་ཟག་མེད་  
 སེམས་ཀྱི་ས་བོན་རིགས་དང་། དེ་ལ་ཐོས་སོགས་རྒྱན་གྱིས་གསོས་བཏབ་  
 པའི་ཆ་ནས་རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་དང་མ་བཏབ་པའི་ཆ་ནས་རང་བཞིན་  
 གནས་རིགས་སུ་འཛོག་ཅིང་། དེ་ཡང་དོན་ཆེན་རྣམས་པ་དགུའི་སྒྲིལ་ནས་འབྱེད་  
 དེ། མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས། ཡོད་དང་མཆོག་དང་མཆོན་ཉིད་དང་། །རྟགས་དང་  
 རིགས་རབ་དབྱེ་བ་དང་། །ཞེས་སོགས་དང་། རང་བཞིན་དང་ནི་རྒྱས་པ་

དང་། །དེ་ནི་རྟེན་དང་བརྟེན་པ་དང་། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པའི་བྱིར། དེ་  
དག་ནི་མཆོན་གྱིད་ཅམ་ཡིན་གྱི་རིགས་སད་པའི་རྟགས། བན་ཡོན། ཉེས་  
དམིགས་སོགས་ཀྱང་ཞེས་པར་བྱའོ།

༥ གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྤོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་ཡིན་ན།  
ཐེག་ཆེན་གང་ཟག་གི་རྒྱད་གྱི་རིགས་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་  
རིགས་ཅན་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་པ་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡིན་  
ན། བྱང་སེམས་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་ནམ་  
རྒྱད་ལ་སྦྱེས་པ་དེའི་ཆེ་ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་ཅན་དུ་ཐོག་མར་འཛོག་དགོས་  
པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། སྤྱོད་འཇུག་ལས། དེ་རིང་སངས་རྒྱས་རིགས་སུ་  
སྦྱེས། །སངས་རྒྱས་སྤྱི་སྤྱོད་ཀྱི་ཁྱེད་ཀྱི་ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། ཟེར་ན།  
མ་ཁྲབ་སྟེ། བྱང་སེམས་སུ་གྱུར་པ་ལ་དགོངས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་རིགས་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། སངས་  
རྒྱས་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོས་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ།  
འདོད་ན་སྤོང་ཟེར་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་མདོ་ཡིན་  
དགོས་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོས་ཡིན་དགོས་པའི་  
བྱིར། འཁོར་གསུམ། ཁ་ཅིག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་  
མེད་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་དེ་སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱད་ཀྱི་ཆོས་ཡིན་

པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་ལྔ་མེད་པར་ཐལ་ལོ། །ཟེར་  
ན། ཆོག་ལ་འབྲི་བ་ལ་དོན་གྱི་ཞིབ་ཆ་བྱའོ། །འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། དེ་ན་བདེ་  
གཤེགས་རིགས་ལྔ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་རོ། །ཁ་ཅིག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའི་  
སངས་རྒྱས་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་དུ་འགྱུར་རུང་ཡོད་པར་ཐལ། ཁྱོད་དུ་འགྱུར་  
རུང་གི་སེམས་ཅན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཁྱོད་དུ་འགྱུར་རུང་གི་སེམས་  
ཅན་དང་སངས་རྒྱས་གང་རུང་ཡོད། ཁྱོད་དུ་འགྱུར་རུང་སངས་རྒྱས་མེད་  
པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། དེར་འགྱུར་རུང་སྐྱབ་པ་མ་སྤངས་པའི་ཆོས་  
ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་སངས་རྒྱས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། ལམ་མ་  
ཞུགས་གང་ཟག་གི་རྒྱད་ཀྱི་སྟོང་ཉིད་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་  
པའི་སངས་རྒྱས་ཡོད་པར་ཐལ། ཁྱོད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་གང་ཟག་  
ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཁྱོད་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེའི་རྒྱད་ཀྱི་སྟོང་  
ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་རྣམ་མཁྲེན་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར།  
འདོད་ན། དེའི་རྒྱད་ལ་རྣམ་མཁྲེན་ཡོད་པར་ཐལ་ལོ། །འདོད་པའི་ཕྱིར། དེས་  
ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་ཡོད་པར་སྐྱབ་པ་དང་།  
སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱད་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་  
ཡོད་པར་མི་འདོད་ཀྱང་། ཆོས་ཅན་དུ་བཟུང་ནས་བཤད་པའི་ཆེ་ཆོད་གཞི་  
ལ་སྒྲོན་གྱི་ལན་འདེབས་དགོས་པར་སེམས་སོ། །ཁ་ཅིག་མདོ་སྡེ་པས་རང་



བཞིན་གནས་རིགས་དང་། རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་འདོད་  
པར་ཐལ། དབྱ་སེམས་གཉིས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་བཞེད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་  
སྟེ། མདོ་སྡེ་པ་དང་བྱེ་བྲག་སྤྲོ་བས། གནས་མལ་དང་། བསོད་སྦྱོམས་ངན་  
ངོན་ཅམ་ལ་ཆོག་ཤེས་པའི་སེམས་བྱང་ཞིག་འཕགས་པའི་རིགས་སུ་འདོད་  
ཀྱང་། རིགས་དེ་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་མི་འདོད་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ།  
མཛོད་ལས། མ་ཆགས་འཕགས་རིགས་དེ་དག་ནི། །ཞེས་གསུངས་པའི་  
ཕྱིར། ཕྱི་མ་དེར་ཐལ། བྱེ་མདོ་གཉིས་ཀྱི་ལུགས་ལ་རིགས་དེ་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་  
བ་ཆད་ལྡན་གང་གིས་ཀྱང་མ་བཤད་པའི་ཕྱིར། དེས་ན། བྱེ་མདོ་གཉིས་ཀྱིས་  
འདོད་ཆུང་ཆོག་ཤེས་པའི་སེམས་བྱང་མ་ཆགས་པ་ཞིག་རིགས་སུ་འདོད་  
ཅེས་གསུངས་སོ།།

### སྒྲིབ་གཉིན་སྐྱབ་པ་དང་དྲང་དེས།

༥ འདིར་འགྲེལ་བ་ལས། རྒྱན་པོ་ལྷུང་བ་དང་སྒོ་པར་བཅད་པ་ཞེས་  
སོགས་དང་། །

དེའི་འོག་ཏུ་བསམ་བ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་  
མཐའ་དབྱུད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་  
བར་ཆད་མེད་ལམ་པའི་རྒྱུད་ལ་བདེན་འཛིན་ཀྱན་བཏགས་ཀྱི་ས་བོན་ཡོད་  
ཟེར་ན། དེ་མེད་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་དེ།

བདེན་འཛིན་ཀྱན་བཏགས་ས་བོན་དང་བཅས་པའི་དངོས་གཉིན་བར་ཆད་  
 མེད་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་སྐྱེ། མཛོད་ལས། ཡེ་ཤེས་དང་ནི་ཉོན་མོངས་  
 ཏྲག་པར་ཡང་། དེ་དག་རེས་འགའ་ཙམ་ཡང་འབྲུད་པ་མེད། ཅེས་གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། དེའི་རྒྱུ་ལ་བདེན་འཛིན་ཀྱན་བཏགས་ཀྱི་ས་བོན་  
 མེད་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་སྐྱེ་བ་ལ་མངོན་དུ་  
 ཕྱོགས་པ་དང་བདེན་འཛིན་ཀྱན་བཏགས་ས་བོན་དང་བཅས་པ་འགག་པ་ལ་  
 མངོན་དུ་ཕྱོགས་པ་དུས་མཉམ། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་  
 སྐྱེས་ཟེན་པ་དང་བདེན་འཛིན་ཀྱན་བཏགས་ས་བོན་དང་བཅས་པ་འགག་  
 ཟེན་པ་དུས་མཉམ་པའི་ཕྱིར། དེ་བཞིན་དུ་རྒྱུ་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་  
 བར་ལ་སྐྱར་རོ། །ཁ་ཅིག་སྐྱེ་བཞིན་དུ་ཁས་སྦྱང་དུ་རུང་བའི་མདོ་ཡིན་ན།  
 དེས་དོན་གྱི་མདོ་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན། འདུས་བྱས་མི་ཏྲག་ཅེས་སྟོན་པའི་  
 སེམས་ཙམ་པའི་མདོ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འདུས་  
 བྱས་མི་ཏྲག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དོན་དམ་བདེན་པ་བསྟན་བྱའི་གཙོ་  
 བོར་བྱས་ནས་སྟོན་པའི་མདོ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་  
 སོ། །ཁ་ཅིག་སྐྱས་ཟེན་ཁས་སྦྱང་དུ་མི་རུང་བའི་མདོ་ཡིན་ན། དེས་དོན་གྱི་  
 མདོ་མ་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན། ཡུམ་གྱི་མདོའི་ནང་ཆོན་དུ་གྱུར་པའི་གཟུགས་  
 མེད་དོ། །སྐྱ་མེད་དོ། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་དེར་དགག་བྱ་ལ་བྱུང་པར་མ་

སྐྱར་བའི་མདོ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་སྐྱས་ཟེན་  
གཟུགས་མེད་ཅེས་བསྟན་པ་ལྟར་ཁས་སྦྱང་དུ་མི་རུང་བའི་ཕྱིར། འདོད་མི་  
རུས་ཏེ། དེས་དོན་གྱི་མདོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པ་དངོས་  
བསྟན་བསྟན་བྱའི་གཙུག་པོར་བྱས་ནས་སྟོན་པའི་མདོ། བྱང་དོན་གྱི་མདོའི་  
མཆོད་ཉིད། དོན་དམ་བདེན་པ་དངོས་བསྟན་བསྟན་བྱའི་གཙུག་པོར་བྱས་ནས་  
སྟོན་པའི་མདོ། དེས་དོན་གྱི་མདོའི་མཆོད་ཉིད་ཟེར་ན། དང་པོ་ལ། དུམ་བར་  
མ་ཆོས་ཅན། མཆོད་བྱ་དེར་ཐལ། མཆོད་ཉིད་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྒྱལ་  
སྐས་ཀྱི་སྦྱོང་པ་ཕྱིན་དུག་དངོས་བསྟན་བསྟན་བྱའི་གཙུག་པོར་བྱས་ནས་སྟོན་  
པའི་མདོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཏྲགས་སྤྱུ་ འདོད་ན། མི་འཐད་པར་ཐལ། དེས་དོན་  
གྱི་མདོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མཆོད་ཉིད་སྤྱི་མ་ལ་འགའ་ཞིག་ལྟར་ན། ཤེས་རབ་  
སྦྱང་པོ་ཆོས་ཅན། མཆོད་བྱ་དེར་ཐལ། མཆོད་ཉིད་དེའི་ཕྱིར། གསུང་ངོ་། ཁ་  
ཅིག་དེ་བཞིན་དུ་བཞེད་དོ། །

མཁས་པ་ཁ་ཅིག་ན་རེ། གང་ཟག་གི་བདག་ཡོད་པར་སྟོན་པའི་མདོ་  
ཡོད་གསུངས་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། གང་ཟག་གི་བདག་ཡོད་པར་འདོད་  
པའི་ནང་པའི་གྲུབ་མཐའ་སྤྱི་བ་པོ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ལྟ་བ་བཀའ་  
བརྟགས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་བཞི་ཁས་མི་ལེན་པའི་ནང་པའི་གྲུབ་མཐའ་སྤྱི་བ་པོ་མེད་  
པའི་ཕྱིར། བྱུང་སྟེ། ལྟ་བ་བཀའ་བརྟགས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་བཞི་ནི། འདུས་བྱས་

ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པ། ཟག་བཅས་ཐམས་ཅད་སྒྲུབ་བསྐྱེད་པ། ཚེས་ཐམས་  
 ཅད་སྟོང་ཞིང་བདག་མེད་པ། ཟུང་ན་ལས་འདས་པ་ཞི་བའོ། །ཞེས་གསུངས་  
 པ་ལྟར་འཛོག་དགོས་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། རང་སྡེ་བྱེ་བྲག་སྤྱོད་བས་གང་  
 ཟག་གི་བདག་ཁས་ལེན་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་  
 མི་འཐད་པར་ཐལ། བྱེ་བྲག་སྤྱོད་བའི་ནང་ཆོན་གནས་མ་བྱ་བས་ཀྱང་དེ་ཁས་  
 མི་ལེན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་གང་ཟག་གི་བདག་དོན་གྱིས་ཁས་སྦྱངས་  
 པར་སོང་ཡང་། དེས་གང་ཟག་གི་བདག་ཁས་མི་ལེན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 དེས་གང་ཟག་རྟག་གཅིག་རང་དབང་ཅན་གྱིས་སྟོང་བ་གང་ཟག་གི་བདག་  
 མེད་ཀྱི་དོན་དུ་འདོད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། དོན་དམ་བདེན་པ་དངོས་བསྟན་བསྟན་བྱའི་  
 གཙོ་བོར་བྱས་ནས་སྟོན་པའི་སྤྱི་ཇི་བཞིན་པའི་མདོ། དེས་དོན་གྱི་མདོའི་  
 མཆོན་ཉིད། དོན་དམ་བདེན་པ་དངོས་བསྟན་བསྟན་བྱའི་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་  
 མི་སྟོན་པའི་མདོ། དང་དོན་གྱི་མདོའི་མཆོན་ཉིད། ཕྱི་མ་ལ། དགོངས་པ་ཅན་  
 གྱི་མདོ་དང་ལྷུ་མ་པོར་དགོངས་པའི་མདོ་གཉིས་ཡོད། དང་པོ་ལ་བཞི། མཉམ་  
 པ་ཉིད་གསུམ་ལ་དགོངས་པ། དོན་གཞན་ལ་དགོངས་པ། དུས་གཞན་ལ་  
 དགོངས་པ། གང་ཟག་གི་བསམ་ངོ་ལ་དགོངས་པའོ།

གསུམ་པ་ཙོད་པ་སྟོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱེད་གསུམ་དེས་

དོན་གྱི་མདོ་ཡིན་པར་ཐལ། དེས་དོན་གྱི་མདོའི་མཚན་ཉིད་གཅིག་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱུས་གསུམ་པོ་གང་  
 རུང་དུ་གྱུར་པའི་བྱང་དོན་གྱི་མདོ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་གསུམ་པོ་  
 གང་རུང་གི་གཞུང་ཆོག་ཏུ་གྱུར་པའི་བྱང་དོན་གྱི་མདོ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་  
 ན། མ་ཁྲལ། ཉལ་ས་དེར་ཐལ། དུམ་གྱི་མདོའི་ནང་ཚན་དུ་གྱུར་པའི་གང་ཡང་  
 དག་པར་སྒྲོན་མེད་པར་ཞུགས་པ་དེ་ལ་སྒྲན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་  
 པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་མ་ཐུ་མེད་དོ། །ཞེས་པའི་མདོ་འདི་བྱང་  
 དོན་གྱི་མདོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་གང་ཟག་གི་བདག་ཡོད་པར་སྒྲོན་པའི་  
 མདོ་ཡོད་པར་ཐལ། དག་སྒྲོང་དག་ཁུར་ཡོད་དོ། །ཁུར་འཁུར་བ་པོ་ཡོད་དོ་  
 ཞེས་པའི་མདོས་གང་ཟག་གི་བདག་ཡོད་པར་བསྐྱུན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 གང་ཟག་རང་རྒྱ་ཐུབ་པའི་རྗེས་ཡོད་དུ་གྱུབ་པར་བསྐྱུན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན་མ་  
 ཁྲལ། ཁོ་ན་རེ། ཁྲབ་སྟེ། དེ་ཉལ་གྱུབ་ན། གང་ཟག་གི་བདག་ཏུ་གྱུབ་དགོས་  
 པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན་ཡང་མ་ཁྲལ། འོ་ན། ཐལ་འགྱུར་བའི་ལུགས་གཞིར་འཛོག་  
 པའི་ཆོ། རང་རྒྱུད་པས་བདེན་གྱུབ་ཁས་ལེན་པར་ཐལ། དེས་རང་བཞིན་  
 གྱིས་གྱུབ་པ་ཁས་ལེན་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་སྟེ། ཐལ་འགྱུར་བའི་ལུགས་ལ་རང་  
 བཞིན་གྱིས་གྱུབ་ན་བདེན་པར་གྱུབ་དགོས་པའི་ཕྱིར། དབྱུང་པར་བྱའོ། ། ཁ་  
 ཅིག་གང་ཟག་གི་བདག་ཡོད་པར་བསྐྱུན་པའི་མདོ་ཡོད་པར་ཐལ། བ་མ་



གསལ་བྱར་བསྟན་པའི་མདོ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། །པ་དང་མ་ནི་གསལ་  
བྱ་ཞིང་། །རྒྱལ་པོ་གཙང་སྤྱ་ཅན་ཉིད་དང་། །ཡུལ་འཁོར་འཁོར་དང་བཅས་  
བཅོམ་ན། །མི་དེ་གྲོལ་བ་ཐོབ་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པའི་མདོ་ཡོད་  
པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། སྒྲོན་མེད་དེ། དེའི་དངོས་བསྟན་གྱི་པ་མ་གཉིས་ནི་ལས་  
དང་སྤེད་པ་ལ་བྱེད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག རིགས་ཚོགས་དྲུག་པོ་དེ་ངས་དོན་  
གྱི་བསྟན་བཅོས་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱུས་གསུམ་ངས་དོན་གྱི་  
མདོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་སྟེ། དེ་དྲུག་པོས་རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱུས་གསུམ་གྱི་  
དངོས་བསྟན་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་རིམ་པ་གཙོ་བོར་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་ཕྱིར།  
འདོད་ན། དེ་རྣམས་རང་རྒྱུད་པའི་བསྟན་བཅོས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་  
ཕྱིར། འདོད་ན། མི་འཐད་པར་ཐལ། ཐལ་འགྱུར་བའི་བསྟན་བཅོས་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་བསྟན་བཅོས་གཅིག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་བྲལ།  
ཁ་ཅིག དགོངས་པ་ཅན་གྱི་མདོ་དང་ལྗེ་མ་པོར་དགོངས་པའི་མདོ་གང་རྩང་  
ཡིན་ན། དྲང་དོན་གྱི་མདོ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར།  
འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ཐམས་ཅད་དེ་གཉིས་པོ་གང་རྩང་  
གིས་བསྐྱུས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་བསྐྱུས་ལས། དགོངས་པ་བཞི་དང་  
ལྗེ་མ་པོར་དགོངས་པ་རྣམ་པ་བཞིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ཐམས་ཅད་ཁོང་  
དུ་རྒྱུད་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། སྒྲོན་མེད་དེ། དེའི་དོན་

ནི་མདོ་དེ་གཉིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ཐམས་ཅད་ཁོང་དུ་ཆུད་པའི་ཐབས་  
ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པའི་བྱིར།

### ཆུད་ལན།

༥ རིགས་ལ་ཆུད་པ་དང་ལན་ནི། ཆོས་ཀྱི་དབྱེངས་ལ་དབྱེར་མེད་  
བྱིར། །ཞེས་སོགས་རྟེན་པ་བཞི་གསུངས་ཏེ། དོན་ནི། འབྲེལ་པ་ལས། དཔེར་  
ན། འཇིམ་པ་གཅིག་ལས་གྲུབ་ཅིང་། ཞེས་པ་ནས། རྟེན་ཐ་དད་པ་ཉིད་དོ། །  
ཞེས་པའི་བར་གྱིས་འཆད་དོ། །འདི་ལ་གཉིས། ཆོག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་  
པའོ། དང་པོ་ལ་གཉིས།

ཆུད་པ་དང་། ལན་ནོ། དང་པོ་ནི། ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་རིགས་ཀྱི་དབྱེ་  
བ་ནི་ཐ་དད་པར་རུང་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གསུམ་བདེན་པས་སྟོང་པའི་  
ཆོས་ཀྱི་དབྱེངས་ལ་ངོ་བོ་རིགས་མི་འདྲ་བའི་དབྱེ་བ་བྱར་མེད་པའི་བྱིར། དེ་  
བཞིན་དུ་རིགས་ཅན་གསུམ་ཀའི་སྟོབ་པ་རྣམས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་  
གནས་སྐབས་ཀྱི་རིགས་ལ་གནས་པར་ཐལ། རྟགས་སྤར་བཞིན་ནོ་ཞེས་ཆུད་  
པ་བཀོད་ནས། གཉིས་པ་ལན་དུ། རིགས་གསུམ་དང་རིགས་ཅན་གསུམ་གྱི་  
དབྱེ་བ་མི་རུང་བའི་སྟོན་མེད་པར་ཐལ། ཆོས་དབྱེངས་ཀྱི་ངོ་བོ་ལ་རིགས་མི་  
འདྲ་བའི་བྱེད་པར་མེད་ཀྱང་། རྟེན་པའི་ཆོས་སྐབས་པ་གསུམ་གྱི་བྱེ་བྲག་གིས་  
རིགས་དང་རིགས་ཅན་གསུམ་པོ་དེ་ཡི་དབྱེ་བ་ཡོངས་སུ་བརྗོད་པ་ཡིན་པའི་

ཕྱིར། དཔེར་ན། ཉེན་བྱམ་པ་གཅིག་གི་ནང་དུ་བཉེན་པ་སྤང་ཅི་དང་བྱ་རམ་  
སོགས་སྒྲུགས་པའི་ཆེ་སྤང་ཅིའི་བྱམ་པ་དང་བྱ་རམ་སོགས་ཀྱི་བྱམ་པར་  
འཛོག་པ་བཞིན་ནོ།།

གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ་ཁ་ཅིག་ན་རེ།  
རིགས་ཀྱི་སྐབས་འདིར་རྒྱན་རྩ་བའི་དགོངས་པ་མཐར་ཐུག་ཐལ་འགྱུར་དུ་  
གནས་པ་ཡིན་ནོ་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། །སྐབས་འདིར་  
བདེན་འཛིན་ཉོན་སྐྱབ་ཡིན་དགོས་པ་ལས་དེ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་དེར་  
ཐལ། བདེན་འཛིན་ཤེས་སྐྱབ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ས་དགྲ་ལ་ནི་ཆེན་  
པོ་ཡི། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བདེན་འཛིན་ཤེས་སྐྱབ་དུ་བཤད་པ་ལྟར་ཁས་  
ལེན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་རིགས་ཀྱི་སྐབས་འདིའི་དགོངས་པ་མཐར་ཐུག་ཐལ་  
འགྱུར་དུ་གནས་པ་ཡིན་ནོ་ཟེར་ན། འོ་ན། ཉན་རང་དགྲ་བཅོམ་པ་ཡིན་ན།  
སྤང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་ཉོགས་སྤྱོད་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་  
འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། །དེ་ནི་མཆོན་མར་དམིགས་སྒྲོ་ནས། །  
ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་བདེན་འཛིན་གྱིས་བཅིངས་པའི་ཉན་རང་དགྲ་  
བཅོམ་ཡོད་པར་བཤད་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། སྐབས་  
འདིར་ཡང་སྤང་ཉིད་ཉོགས་མ་སྤྱོད་པའི་ཉན་རང་དགྲ་བཅོམ་པ་ཡོད་པའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་སྤོ་སྤོང་ཉིད་དུ་མི་བཞེད་པའི་

ཕྱིར། ཁ་ཅིག ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་དབྱེར་མེད་ཕྱིར། །ཞེས་པས་ཐེག་པ་  
གསུམ་གྱི་ཆོས་དབྱིངས་ལ་དབྱེ་བ་མེད་པར་བསྟན་པ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་མི་  
འཐད་པར་ཐལ། དེ་གསུམ་གྱི་ཆོས་དབྱིངས་ལ་ནང་གསེས་ཀྱི་མཆོག་དམན་  
དང་ཐ་དད་པའི་དབྱེ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་  
དང་སེམས་ཅན་གྱི་ཆོས་ཉིད་ལ་བྱུང་པར་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག གཞུང་  
དེས་ཆོས་དབྱིངས་རིགས་ཡིན་ན། གནས་སྐབས་རིགས་གསུམ་དང་རིགས་  
ཅན་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་མི་འཐད་པར་ཚིད་པ་ཡིན་ཟེར་ན། འོ་ན། ཆོས་  
དབྱིངས་རིགས་ཡིན་པར་ཐལ། བྱོད་ཀྱིས་ཚིད་ཚུལ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་  
མི་རུས་ཏེ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ལ་ཆོས་དབྱིངས་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
རང་ལུགས་ནི། སྤར་གྱི་ཆོག་དོན་གྱིས་ཤེས་ལ། ཞིབ་པར་ནི་གཞན་དུ་ཡང་  
ཤེས་དགོས་སོ། །

ཚིད་པ་སྤོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག རྒྱན་ཅ་བའི་དགོངས་པ་མཐར་ཐུག་ཐལ་  
འགྱུར་དུ་མི་གནས་ཀྱང་རིགས་ཅ་འགྲེལ་གྱི་དགོངས་པ་མཐར་ཐུག་ཐལ་  
འགྱུར་དུ་གནས་པར་ཐལ། རིགས་ཀྱི་སྐབས་འདིར་འཕགས་པ་ལ་སྤོང་ཉིད་  
ཉོགས་སྤོང་གིས་བྱུང་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྟོག་ཅོད་ལས། འཕགས་པའི་  
གང་ཟག་ཐམས་ཅད་འདུས་མ་བྱས་ཀྱིས་རབ་ཏུ་བྱེ་བའི་སྤྲད་དུ་འོ། །ཞེས་  
གསུངས་པའི་ཕྱིར། བྱུང་སྟེ། དེའི་དོན་འཆད་པ་ན། རྣམ་བཤད་ལས། དོན་

ནི་ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གི་འཕགས་པའི་གང་ཟག་ཐམས་ཅད་ནི་ཆོས་ནམས་དེ་ཁོ་  
ནར་མ་གྲུབ་པའི་དོན་དམ་འདུས་མ་བྱས་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པས་བཞག་  
པའི་བྱིར་ཞེས་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། ཟེར་ན། སྒྱེན་མེད་དེ། དེ་ནི་  
བདག་མེད་སྤྱ་རགས་མ་བྱེ་བར་སྦྱིར་བསྟན་པ་ཙམ་ཡིན་པའི་བྱིར།

ཁ་ཅིག །ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་དབྱེར་མེད་བྱིར། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་དོན་  
འཆད་པ་ན། ཐེག་པ་གསུམ་ཀྱི་ཆོས་དབྱིངས་ལ་ངོ་བོ་རིགས་མི་འདྲ་བའི་  
དབྱེ་བ་མེད་པ་རྟགས་སུ་བྱས་པའི་ཚུད་པ་བཞོད་པ་དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་  
ནི་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་སྐྱབ་པ་བཙུ་གསུམ་བདེན་པས་སྟོང་པ་རིགས་ཡིན་ན།  
སེམས་བདེན་པས་སྟོང་པ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཡོད་པས་གནས་  
སྐབས་རིགས་གསུམ་དང་རིགས་ཅན་གསུམ་ཀྱི་དབྱེ་བ་མི་འཐད་པར་ཚུད་  
པ་ཡིན་པའི་བྱིར་ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། དེ་ནི་ཁྲབ་ཆེ་ཆུང་མ་གཉོགས་དོན་འདྲ་  
བའི་བྱིར། ཁ་ཅིག ཉན་རང་གི་ལམ་གྱིས་ཆོས་དབྱིངས་ལ་དམིགས་ནས་  
བསྒྲོམས་པས་གོང་ནས་གོང་འཕེལ་དུ་མི་འགྱུར་བར་ཐལ། དེས་ཆོས་ཐམས་  
ཅད་བདེན་པས་སྟོང་པ་ལ་དམིགས་ནས་བསྒྲོམས་པས་དེ་ལྟར་མི་འགྱུར་  
བའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེས་ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པ་བདེན་པས་སྟོང་པ་ལ་དམིགས་  
ནས་བསྒྲོམས་པས་དེ་ལྟར་མི་འགྱུར་བའི་བྱིར། མ་གྲུབ་ན། ཉན་རང་གི་ལམ་  
ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་ཀྱི་རིགས་ལ་གནས་པར་ཐལ། མ་



གྲུབ་པ་དེའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་སོ། །གོང་དུ་འདོད་ན། ཉན་རང་གིས་ཀྱང་  
ཆོས་དབྱིངས་བསྐྱོམས་པས་གོང་འཕེལ་དུ་མི་འགྱུར་བར་ཐལ། འདོད་པའི་  
ཕྱིར། འདོད་ན། ཉན་རང་རྣམས་གོང་འཕེལ་དུ་མི་འགྱུར་བ་ཐལ། འདོད་པའི་  
ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་རྣམས་སངས་མི་རྒྱ་བར་ཐལ་ལོ་ཟེར་ན། དབྱུང་དོ། །

### སྐྱབ་པའི་དམིགས་པ།

༥ ལྷ་པ་ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་དམིགས་པ་ནི། དམིགས་པ་ཆོས་རྣམས་  
ཐམས་ཅད་དེ། །ཞེས་པ་ནས། །གང་དག་ཐུབ་པའི་ཐུན་མོང་མིན། །ཞེས་པའི་  
བར་གསུངས། དེའི་དོན་འཆད་པ་ན། འགྲེལ་པ་ལས། དེ་ཞེག་དང་པོར་སྤྱིར་  
དགོ་བ་དང་མི་དགོ་བ་དང་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་སྟེ། ཞེས་པ་ནས། དམིགས་པ་  
རྣམས་པ་བརྩ་གཅིག་གོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས་སོ། །

འདིའི་སྐབས་སུ་རྩ་བའི་ཆོག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱུང་པ་གཉིས་ལས།  
དང་པོ་ནི། དགོ་སོགས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་  
སྐྱབ་པའི་དམིགས་པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་སྒྲོ་འདོགས་གཅད་པར་བྱ་བའི་གཞི་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར།

དམིགས་པའི་ཆོས་དེ་ཡང་ཆོས་ཅན། དུ་མ་ཡོད་དེ། དགོ་བ་དགོ་  
སྒྲོང་ཚུལ་གྱི་ལམ་བཤེན་པ་དང་། ལ་སོགས་པ་ཡིན་ཞེས་པས་སྒོག་གཅོད་  
སོགས་མི་དགོ་བ་དང་། ལུང་དུ་མ་བསྟན་པའི་ཆོས་རྣམས་དང་། དགོ་བའི་

ཆོས་དེ་ལ་ཡང་སོ་སོར་བྱེ་ན། འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་རྟོགས་པ་སོ་སྐྱེའི་ལམ་གྱིས་  
བསྐྱས་པའི་ཕྱང་པོ་ལྔ་དང་། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་དུ་འདོད་པའི་  
ཟག་མེད་ཀྱི་བསམ་གཏན་བཞི་པོ་གང་ཡིན་པ་དག་དང་། ཟག་བཅས་ཉིར་  
ལེན་གྱི་ཕྱང་པོ་ལྔ་དང་། ཟག་པ་མེད་པའི་ཆོས་དྲན་པ་ཉི་བར་བཞག་པ་བཞི་  
དང་། རྒྱ་རྒྱེན་གྱིས་འདུས་བྱས་པ་ཁམས་གསུམ་པོ་གང་དག་དང་དེས་  
འདུས་མ་བྱས་པ་དེ་བཞིན་ཉིད་དང་། སྒྲོབ་མ་ཉན་ཐོས་དང་ཐུན་མོང་བའི་  
ཆོས་བསམ་གཏན་བཞི་རྣམས་དང་། ཐུབ་པའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཆོས་  
བཅོ་བརྒྱད་པོ་གང་དག་རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་བྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་ན་རེ།  
ཐེག་ཆེན་གྱི་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་དམིགས་པ་ཡིན་ན། དེས་དམིགས་པས་  
བྱུང་བེད་ན། གྱུན་རྒྱུ་བ་བདེན་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ།  
དེའི་སྒྲོ་འདོགས་གཅོད་གཞི་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་ན། དེས་གྱུན་རྒྱུ་བ་བདེན་  
པ་རྟོགས་པར་ཐལ། དེས་དེ་དམིགས་པའི་བྱིར། རྟགས་ཁས། འདོད་ན། དེ་  
དེའི་གཞལ་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། དོན་དམ་བདེན་པ་  
ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། གཞན་ཡང་། བདེན་འཇིན་གྱི་དམིགས་པ་ཡིན་ན། དེས་  
དམིགས་པས་བྱུང་བར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། དངོས་  
པོ་བདེན་པར་འཇིན་པའི་བདེན་འཇིན་གྱི་དམིགས་པ་ཡིན་ན། དེས་དམིགས་

དགོས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དངོས་པོ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ།  
དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་དམིགས་  
པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྤྱོད་སྤྱོད། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་དང་  
དངོས་པོ་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་གཉིས་དམིགས་པ་གཅིག་ལ་  
དམིགས་ནས་རྣམ་པ་འཛིན་སྐྱངས་དངོས་འགལ་དུ་ཞུགས་པའི་སློ་ཡིན་པར་  
མཚུངས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་  
གྱིས་དངོས་པོ་ལ་དམིགས་ནས་བདེན་མེད་དུ་རྟོགས། ཅིག་ཤོས་གྱིས་  
དངོས་པོ་ལ་དམིགས་ནས་བདེན་པར་བཟུང་བའི་ཕྱིར། གོང་དུ་འདོད་མི་  
རུས་སོ། ཁ་ཅིག་སློ་དེའི་དམིགས་ཡུལ་ཡིན་ན། སློ་དེའི་ཡུལ་ཡིན་པས་སྤྱོད་  
ཟེར་ན། གཞུགས་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་སློམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་  
ཡུལ་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་དམིགས་ཡུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེའི་  
གཞལ་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེའི་དངོས་གཞལ་ཡིན་  
པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སྟོང་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། ཁ་ཅིག་  
དགོ་བ་ཡིན་ན། ཟག་བཅས་ཡིན་པས་སྤྱོད་ཟེར་ན། རྣམ་མཁྱེན་ཆོས་ཅན།  
དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། མི་འཐད་པར་  
ཐལ། ཟག་མེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་དགོ་བ་ཡིན་ན། རང་འབྲས་ཐུན་  
མོང་མ་ཡིན་པའི་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་འབྲས་བྱ་ཡིད་འོང་འབྱེན་བྱེད་ཡིན་པས་སྤྱོད་

ཟེར་ན། རྣམ་མཁུན་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། འདོད་ན། དེ་རྣམ་སྒྲིན་  
 གྱི་རྒྱ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། སངས་རྒྱས་ཡིན་  
 པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་དོན་དམ་པའི་དགོ་བ་ལ་དགོ་བས་བྱུང། དོན་དམ་པའི་མི་  
 དགོ་བ་ལ་མི་དགོ་བས་བྱུང་ཟེར་ན། དང་པོ་ལ། ཐར་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ།  
 དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། མཛོད་ལས། །ཐར་པ་དམ་པའི་དོན་དུ་དགོ། །ཞེས་  
 གསུངས་པའི་བྱིར། འདོད་ན། འདུས་བྱས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར།  
 འདོད་མི་རུས་སོ། །བྱི་མ་ལ། འཁོར་བ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར།  
 འདོད་ན། ཞེས་པ་ཡིན་པར་ཐལ་སོ། །ཁ་ཅིག་དགོ་བ་ཡིན་ན། ཞེས་པ་ཡིན་  
 པས་བྱུང་ཟེར་ན། སྒྲོམ་པའི་ས་བོན་དུ་གྱུར་པའི་དགོ་བ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ།  
 དེའི་བྱིར། འདོད་ན། སྒྲོམ་པའི་ས་བོན་ཡང་ཞེས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་  
 པའི་བྱིར། འདོད་ན། སྒྲོམ་པ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་ས་བོན་ཞེས་པ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། དེ་ཞེས་པ་མ་ཡིན་པའི་ལྷན་མིན་འདུ་བྱེད་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ།  
 ཁྱོད་ཀྱི་ས་བོན་ཡོད་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་དགོ་བ་ཡིན་ན། རང་གི་ཐུན་མོང་མ་  
 ཡིན་པའི་འབྲས་བུ་བདེ་བ་འབྱེན་ངེས་ཡིན་པས་བྱུང། མི་དགོ་བ་ཡིན་ན།  
 རང་གི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་འབྲས་བུ་སྐྱུག་བསྐྱལ་འབྱེན་ངེས་ཡིན་པས་  
 བྱུང་ཟེར་ན། དང་པོ་ལ། ཁོང་ཁྱོས་གཏན་ནས་འཛོམས་ངེས་ཀྱི་དགོ་བ་མེད་  
 པར་ཐལ། ཁོང་ཁྱོས་རྣམ་སྒྲིན་གྱི་འབྲས་བུ་འབྱེན་དུ་མི་སྟེར་བའི་དགོ་བ་

མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་དགོ་བ་འགའ་ཞིག་རང་འབྲས་ཐུན་མོང་མ་  
 ཡིན་པའི་བདེ་བ་མ་ཐུང་གོང་དུ་འཛོམས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དགོ་  
 བ་ཡིན་ན། རང་འབྲས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདེ་བ་འབྱེན་ངེས་ཡིན་དགོས་  
 པའི་ཕྱིར། ཏྲགས་ཁས། གཞན་ཡང་དགོ་བ་བྱས་མ་ཐག་ཏུ་ཁོང་ཁྱོས་  
 འཛོམས་པ་དང་། མི་དགོ་བ་འགའ་ཞིག་བྱས་མ་ཐག་ཏུ་སྟོབས་བཞིའི་སྒོ་  
 རས་བཞགས་ནས་འདག་ངེས་སུ་བྱས་པ་མེད་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་  
 པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སྒྲོལ་ ཁ་ཅིག་ ལུང་མ་བསྟན་ཡིན་ན། ལུང་དུ་མ་བསྟན་  
 པས་བྱབ་ཟེར་ན། རམ་མཁའ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་ཆོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ལུང་དུ་བསྟན་པར་ཐལ།  
 ལུང་ལས་བསྟན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གཞི་བྱབ་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ སྐྱེས་བུ་  
 དམ་པས་སྤང་བྱར་འོས་པ། དགོ་བའི་མཆན་ཉིད། སྐྱེས་བུ་དམ་པས་དོར་  
 བྱར་འོས་པ། མི་དགོ་བའི་མཆན་ཉིད། སྤང་དོར་བཏང་སྟོམས་སུ་བཞག་བྱ།  
 ལུང་མ་བསྟན་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཟེར་ན། ཐར་པ་ཆོས་ཅན། དགོ་བ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། སྐྱེས་བུ་དམ་པས་སྤང་བྱར་འོས་པའི་ཕྱིར། ཏྲགས་གསལ་སྒྲོལ། །བདེན་  
 འཛིན་ཆོས་ཅན། མི་དགོ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། སྐྱེས་བུ་དམ་པས་དོར་བྱར་འོས་  
 པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ལུང་མ་བསྟན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་  
 ཅན་དེའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། རོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་ཆོས་ཅན། སྤང་དོར་བཏང་སྟོམས་



སྐྱབ་བཞག་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། ལྷང་མ་བསྟན་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ།  
 སྐྱང་བྱ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཐོབ་བྱ་ཡིན་པའི་བྱིར། གཞན་ཡང་།  
 བདེན་འཛིན་ཆོས་ཅན། མཆན་ཉིད་བྱི་མ་དེར་ཐལ། ལྷང་མ་བསྟན་ཡིན་པའི་  
 བྱིར། དེར་ཐལ། ཤེས་སྒྲིབ་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། རོར་བྱ་ཡིན་  
 པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། སྒྲིབ་པ་ཡིན་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་སྒྲོ་འདོགས་གཅད་པར་  
 བྱ་བའི་གཞི། ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་དམིགས་པའི་མཆན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན་  
 དགོ་སོགས་གསུམ་ཡོད། རྣམ་སྒྲིན་གྱི་འབྲས་བུ་ཡིད་འོང་འབྱེན་རུང་དུ་  
 ལྷང་དུ་བསྟན་པའི་རིགས་སུ་གནས་པའི་འདུ་བྱེད། དགོ་བའི་མཆན་ཉིད། དེ་  
 ལ་སྐྱས་བརྗོད་རིགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་ན། རོན་དམ་པའི་དགོ་བ། རོ་བོ་ཉིད་  
 ཀྱི་དགོ་བ། མཚུངས་ལྡན་གྱི་དགོ་བ། ཀྱན་སྒྲོང་གི་དགོ་བ་དང་བཞི་ཡོད།  
 དང་པོ་ནི། ལྷང་འདས་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི། སྒོག་གཅོད་སྒྲོང་བའི་བསམ་པ་  
 ལྟ་བུ། གསུམ་པ་ནི་དེ་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་སེམས་བྱུང་ལྟ་བུ། བཞི་པ་ནི་དེ་  
 ཀྱན་ནས་སྒྲོང་བར་བྱེད་པའི་སེམས་བྱུང་ལྟ་བུའོ། །རྣམ་སྒྲིན་གྱི་འབྲས་བུ་  
 ཡིད་མི་འོང་འབྱེན་རུང་དུ་ལྷང་དུ་བསྟན་པའི་རིགས་སུ་གནས་པའི་འདུ་  
 བྱེད། མི་དགོ་བའི་མཆན་ཉིད། དེ་ལ་སྐྱས་བརྗོད་རིགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་ན།  
 རོན་དམ་པའི་མི་དགོ་བ་སོགས་བཞི་ཡོད། དང་པོ་ནི། འཁོར་བ་ལྟ་བུ། གཉིས་

པ་ནི། སློག་གཙོད་ཀྱི་བསམ་པ་ལྟ་བུ། གསུམ་པ་ནི། དེ་དང་མཚུངས་ལྡན་ཀྱི་  
 སེམས་བྱུང་ལྟ་བུ་དང་། བཞི་པ་ནི། དེ་ཀྱན་ནས་སློང་བྱེད་ཀྱི་སེམས་བྱུང་ལྟ་  
 བུའོ། །རྣམ་སྤྲིན་གྱི་འབྲས་བྱ་ཡིད་འོང་དང་ཡིད་མི་འོང་གང་རུང་འབྱེན་དུ་  
 མི་རུང་བའི་ཆོས། ལུང་མ་བསྟན་གྱི་མཆན་ཉིད། དེ་ལ་དོན་དམ་བའི་ལུང་མ་  
 བསྟན་སོགས་བཞི་ཡོད། དང་པོ་ནི་རྣམ་མཁའ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི་བཟོའི་  
 ལས་པལ་ཆར་དང་སྤྱོད་ལམ་ལྟ་བུ། གསུམ་པ་ནི་ལུང་མ་བསྟན་གྱི་སེམས་  
 དང་མཚུངས་ལྡན་དུ་གྱུར་བའི་སེམས་བྱུང་ལྟ་བུ། བཞི་པ་ནི་དེ་ཀྱན་ནས་  
 སློང་བྱེད་ཀྱི་སེམས་བྱུང་ལྟ་བུའོ། །གཞན་ཡང་། ལུང་མ་བསྟན་དེ་ལ། སྒྲིབ་  
 པར་འགྱུར་བའི་ལུང་མ་བསྟན། མ་སྒྲིབ་ལུང་མ་བསྟན་གཉིས། དང་པོ་ནི།  
 ཞེས་སྒྲིབ་ཐམས་ཅད་དང་གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་ལྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་ནི་  
 སྤྱོད་བཅུད་ལྟ་བུའོ། །འདིར་མཁས་པ་ཁ་ཅིག་ དགོ་བའི་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་འབྲས་  
 བྱ་སྒྲུག་བསྐལ་དང་། མི་དགོ་བའི་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་འབྲས་བྱ་བདེ་བ་ཡོད་པར་  
 བཞེད་ཀྱང་ལེགས་པར་མི་སེམས་སོ།།

གསུམ་པ་ཙོད་པ་སློང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་  
 ཆད་མེད་ལམ་གྱི་དམིགས་ཡུལ་ཡིན་ན། དེས་དམིགས་པས་བྱུང་བར་ཐལ།  
 ཐེག་ཆེན་སྒྲུབ་པའི་དམིགས་པ་ཡིན་ན། དེས་དམིགས་པས་བྱུང་བའི་བྱིར་  
 ཟེར་ན། མ་བྱུང་། ཉགས་དེར་ཐལ། ཡོད་ན་ཐེག་ཆེན་སྒྲུབ་པས་དམིགས་

དགོས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། བདེན་འཛིན་གྱི་ཡུལ་ཡོད་པར་ཐལ། དེའི་  
སྒྲུང་ཡུལ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་དང་། དེའི་དམིགས་ཡུལ་ཡང་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་  
ཅིག་གིས་འདོད་ཟེར་ཡང་། དེ་ཞིག་དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཤེས་པ་གང་ཞིག་  
དེའི་གཞལ་བྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ ཟག་བཅས་ཀྱི་ལས་ཆོས་ཅན། དགོ་  
བ་ཡིན་པར་ཐལ། རང་འབྲས་རྣམ་སྟོན་གྱི་འབྲས་བྱ་ཡིད་འོང་འབྱེན་རུང་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡང་དེ་ཆོས་ཅན། མི་དགོ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། ལྷམ་སྟོན་གྱི་  
འབྲས་བྱ་ཡིད་མི་འོང་འབྱེན་རུང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྣམ་སྟོན་  
གྱི་འབྲས་བྱ་ཡིད་མི་འོང་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །ཟེར་ན། ཆོག་  
ཟུར་ལ་བསྟེན་པར་བྱའོ། །ཁ་ཅིག་ དགོ་མི་དགོ་ལུང་མ་བསྟན་གང་རུང་མ་  
ཡིན་པའི་ཆོས་ཡོད་པར་ཐལ། དགོ་མི་དགོ་གཉིས་དེ་ལྟར་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། དེ་རེ་རེ་ནས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དགོ་བ་ཡིན་ཟེར་ན། མི་དགོ་བ་  
ཡང་དགོ་བ་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། །དེ་གཉིས་ཀ་དགོ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མི་དགོ་  
བ་ཡིན་ཟེར་ན་སྟའོ། །ལུང་མ་བསྟན་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་  
རེ་རེ་ནས་ལུང་མ་བསྟན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། བདེན་གཉིས་  
ཀུན་རྫོབ་བདེན་པར་འདོད་དགོས་ཀྱང་སྟོན་མེད་པའི་ཕྱིར། གོང་དུ་འདོད་མི་  
རུས་སོ། །

## སྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་བྱ་བ།

༥ རྒྱལ་པ་ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་ནི། སེམས་ཅན་ཀུན་མཆོག་  
ཉིད་སེམས་དང་། །ཞེས་སོགས་ཀླང་པ་བཞི་གསུངས། དེའི་དོན་འགྲེལ་པར་  
འཆད་པ་ན། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད། ཅེས་པ་  
ནས། ཆེད་དུ་བྱ་བ་གསུམ་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས་ལ།  
དེ་གང་ལས་འཕྲོས་པ་ནི། རབ་འབྱོར་འདི་ལ་སེམས་ཅན་གྱི་སྤང་པོ་ཆེན་པོ་  
དང་སེམས་ཅན་གྱི་སྤྲེ་ཆེན་པོ་མཆོག་ཉིད་དུ་བྱེད་པར་འགྱུར་བ་དེའི་བྱིར་  
བྱང་ཆེན་ཞེས་བྱའོ་ཞེས་སོགས་ལས་འཕྲོས་སོ།།

འདིའི་སྐབས་སུ་རྩ་བའི་ཆོག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་  
ནི། ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་འདི་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་གང་གིས་ཤེས་  
པར་བྱ་བའི་གང་ཟག་ཡོད་དེ། རང་བྱུང་དུ་འགྱུར་བས་རང་བྱུང་གི་མིང་  
བཏགས་པ་བྱང་སེམས་རྣམས་ཀྱིས་ཤེས་པར་བྱ་བའི་བྱིར། གང་གི་སྒྲོ་ནས་  
ཤེས་པར་བྱེད་པ་ཡོད་དེ། ཆེན་པོ་གསུམ་གྱི་སྒྲོ་ནས་ཤེས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་  
པའི་བྱིར། ཆེན་པོ་གསུམ་ཡང་ཡོད་དེ། སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་མཆོག་ཉིད་དུ་  
བྱེད་པའི་སེམས་ཆེན་པོ་དང་། སྤྲེ་བ་ཆེན་པོ་དང་། རྟོགས་པ་ཆེན་པོ་དང་  
གསུམ་པོ་རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ནི། ཁ་ཅིག་གང་གི་

ཆེད་དུ་བྱང་སེམས་སྐྱབ་པ་ལ་འདུག་པའི་ཐོབ་བྱ་མཐར་ཐུག་ ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་  
 པའི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན།      ས་བཙུ་པའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན།  
 མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་དོན་དུ་གཉེར་བྱ་  
 ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། སྒོ་བ་ལམ་ཡིན་པའི་བྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་  
 མི་འཐད་པར་ཐལ། གཞན་དོན་ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་ཡིན་པའི་  
 བྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་ཀྱིས་གཞན་དོན་ཆེད་དུ་བྱ་དགོས་པའི་བྱིར།  
 དེར་ཐལ། དེས་གཞན་དོན་གཙོ་བོར་བྱ་དགོས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ཆེད་དུ་བྱ་  
 བ་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་ཡིན་པས་བྱུང་ཟེར་ན། དམན་  
 པའི་མྱང་འདས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་དམན་སྐྱབ་  
 པའི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་ན་སྒྲུའོ།

གཉིས་པ་རང་ལུགས་ནི།      གང་གི་ཆེད་དུ་བྱང་སེམས་སྐྱབ་པ་ལ་  
 འདུག་པའི་ཐོབ་བྱ་མཐར་ཐུག་ ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་མཐར་ཐུག་  
 གི་མཆོན་ཉིད། སྒྱིར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་དང་། འདིར་བསྟན་  
 པའི་དབང་དུ་བྱས་ན། སྒར་བཤད་པ་ལྟར་ཆེན་པོ་གསུམ་ཡོད། སངས་རྒྱས་  
 འཕགས་པའི་རྒྱད་ཀྱི་ཐུགས་རྩེ་ཆེན་པོ་ནི། སེམས་ཆེན་པོ་དང་། མི་གནས་  
 པའི་མྱང་འདས་ནི། སྒྲོང་བ་ཆེན་པོ་དང་། རྣམ་མཁྱེན་ནི་རྟོགས་པ་ཆེན་པོ།

གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྒྲོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་འདིར་བསྟན་པའི་ཆེན་པོ་གསུམ་



མི་འགལ་བར་ཐལ། འདིར་སེམས་ཆེན་པོ་དང་རྟོགས་པ་ཆེན་པོ་མི་འགལ་  
བའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། རྟགས་དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱད་  
ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དེ་དེ་གཉིས་  
ཀ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་བྱས་ཏེ། འདིར་བསྟན་སྤྱང་བ་ཆེན་པོ་ཡིན་ན།  
འདུས་མ་བྱས་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སེམས་ཆེན་པོ་ཡིན་ན།  
སེམས་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། རྟོགས་པ་ཆེན་པོ་ཡིན་ན། རྟོགས་པ་ཡིན་  
དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྤྱིང་རྗེ་ཆེན་པོ་ཡིན་ན། སྤྱིང་རྗེ་ཡིན་དགོས་  
པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། འདོད་མི་བྱས་ཏེ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་  
རྒྱད་ལ་སྤྱིང་རྗེ་ཆེན་པོར་གྱུར་པའི་སེམས་བྱང་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་  
འདིར་བསྟན་སེམས་ཆེན་པོ་ལ། སེམས་ཆེན་པོས་མ་ཁྲབ། འདིར་བསྟན་  
རྟོགས་པ་ཆེན་པོ་ལ་རྟོགས་པ་ཆེན་པོས་མ་ཁྲབ་གསུངས།

### གོ་སྒྲུབ།

༥ བདུན་པ་གོ་སྒྲུབ་ཆད་པ་ནི། དེ་དག་སོ་སོར་སྦྱིན་ལ་སོགས། །ཞེས་  
སོགས་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་གཅིག་གསུངས་ཏེ། དེའི་དོན་འགྲེལ་པར་འཆད་  
པ་ན། ཆོས་ཀྱི་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་སྦྱིན་པར་བྱེད་ན། ཞེས་པ་ནས། གོ་ཆའི་  
སྒྲུབ་པ་རྣམས་པ་དུག་གོ་ཞེས་པའི་བར་གསུངས་ལ། དེ་དག་གང་ལས་འཕྲོས་  
པ་ཡོད་དེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་སྦྱིན་པ་

ལ་སྐྱོད་པའི་ཆེ།      སྐྱེན་པ་ཡོངས་སུ་གཏོང་བ་དེ་དག་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་  
མཐུན་པ་ཉིད་དང་ལྡན་པའི་ཡིད་ལ་བྱ་བས་ཡོངས་སུ་གཏོང་སྟེ།      ཞེས་  
སོགས་ལས་འབྲོས་པའི་བྱིད།      འདིའི་སྐབས་སུ་ཅ་བའི་ཆེ་ག་དོན་དང་།  
མཐའ་དབྱེད་པའོ། །

དང་པོ་ནི། གོ་ཆའི་སྐབ་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་འཆད་  
པའི་ཚུ་ལ་ཡོད་དེ། སྐྱེན་པའི་སྐྱེན་པ་ནས་སྐྱེན་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་བར་དུ་ག་  
དང་། དེ་བཞིན་དུ་པར་བྱེན་ལྷག་མ་རྣམས་ལ་སྐྱར་བའི་དུག་ཆན་དུག་གིས་  
མདོའི་དོན་རི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་བཤད་པར་བྱ་བའི་བྱིད། དེ་ལྟར་དབྱེ་རུང་བ་  
ཡིན་ཏེ། གོ་ཆའི་སྐབ་པ་དེ་དག་སོ་སོར་ཏེ་རེ་རེས་ཀྱང་སྐྱེན་པ་ལ་སོགས་པ་  
རྣམ་པ་དུག་དུག་ཏུ་བསྐྱས་པ་ཡིན་པའི་བྱིད།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་ཐེག་  
ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ལ་བརྟེན་ནས་ཆེན་པོ་གསུམ་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་སེམས་དཔའི་  
ཡེ་ཤེས། སྐབ་པའི་མཆན་ཉིད་ཟེར་ན། ཐེག་དམན་ཀྱི་སྐབ་པ་ཆོས་ཅན།  
མཆན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་བྱིད། འདོད་ན། སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་  
ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིད། འདོད་མི་རུས་སོ། ཁ་ཅིག་ཐེག་ཆེན་  
སེམས་བསྐྱེད་ལ་བརྟེན་ནས་ཆེན་པོ་གསུམ་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་སེམས་དཔའི་བྱ་  
བ། ཐེག་ཆེན་སྐབ་པའི་མཆན་ཉིད་ཟེར་ན། མཆན་ཉིད་དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ།

སེམས་དཔའི་བྱ་བ་ལ་ལུས་ངག་གི་བྱ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། བྱ་བ་སྟེ། ཐེག་ཆེན་  
སྐྱབ་པ་ཡིན་ན་ཡེ་ཤེས་ཡིན་དགོས་ལ། ལུས་ངག་གི་བྱ་བ་ལ་གཟུགས་ཅན་  
ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་མཁྱེན་པ་ཡུལ་གྱི་སྐྱབ་པ་ཡིན་ན། མཁྱེན་པ་གསུམ་  
ཡུལ་དུ་བྱེད་པས་བྱ་བ་ཟེར་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་  
ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མཁྱེན་གསུམ་གང་རུང་གི་རྣམ་  
པ་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེའི་གཞལ་བྱར་གྱུར་པའི་  
ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ཡོད་པར་ཐལ་ལོ། །ཁ་ཅིག་སྦྱོར་བ་བྱེ་བྲག་གི་སྐྱབ་པ་  
ཡིན་ན། ཕྱིན་དུག་གི་ཉམས་ལེན་གྱིས་ཟིན་པས་བྱ་བ་ཟེར་ན། བདེན་འཛིན་  
གྱིས་བཅིངས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོག་ལམ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སེམས་དཔའི་ཡེ་  
ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སྦྱོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་གྱིས་ཟིན་  
པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། བདེན་འཛིན་གྱིས་བཅིངས་  
པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་པར་ཕྱིན་རེ་རེའི་ནང་དུ་དུག་དུག་ཆང་བར་བསྐྱས་ནས་  
ཉམས་སུ་ལེན་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས། གོ་སྐྱབ་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན།  
སྦྱོང་བ་ཕྱིན་དུག་ལ་སྦྱོབ་མི་རུས་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན།  
མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར་ཏེ། སེམས་དཔའི་རྣལ་འབྱོར་ཡིན་

པའི་བྱིར། འདོད་ན་སྒྲོའོ། །ཁ་ཅིག་སྒྱེན་པའི་གོ་ཆ་ཡིན་ན། སྒྱེན་པ་ཡིན་པས་  
 ཁྱབ་ཟེར་ན། བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྱེན་པའི་འཁོར་གསུམ་བདེན་  
 མེད་དུ་རྟོགས་པའི་སྒྱེན་པའི་གོ་ཆ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། འདོད་མི་  
 ལུས་ཏེ། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་སྟོབ་ལམ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་སྒྱེན་པའི་  
 རྣམ་ཡིན་ན། སྒྱེན་པ་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། སྒྱེན་  
 པའི་རྣམ་སྒྱུ་གྱུར་བའི་ཟང་ཟང་གི་དངོས་པོ་དེ་སྒྱེན་པ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར།  
 དེར་ཐལ། སྒྱེན་པ་ནི་གཏོང་བ་པོ་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་སྟོ་ཞིག་ལ་འཛིག་  
 དགོས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་སྒྱེན་པ་ཡིན་ན། སྒྱེན་པའི་པར་བྱེན་ཡིན་པས་  
 ཁྱབ་ཟེར་ན། དེ་ཞིག་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་མ་སྟོང་བའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྱེན་  
 པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ།  
 དེ་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། འཛིག་རྟོན་རང་ག་བས་ཀྱང་སྒྱེན་པ་གཏོང་བ་  
 ཡོད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟེན་པར་ཐལ།  
 འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་ལུས་སོ། །འོན་ཀྱང་དབྱུང་དགོས་པ་ཡོད་དོ། །ཁ་  
 ཅིག་ཚུལ་ཁྲིམས་ཡིན་ན། ཤེས་པ་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། དག་སྟོང་རྣམ་  
 དག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་སོ་ཐར་གྱི་སྟོམ་པའི་ས་བོན་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར།  
 དེར་ཐལ། སྟོང་བའི་སེམས་པ་དང་བཅས་པ། །ས་བོན་དང་བཅས་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། འདོད་ན་སྒྲོ། ཁ་ཅིག་བྱང་ཚུབ་སེམས་

དཔའི་རྒྱད་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་ཡིན་ན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒྲུབ་པ་ཡིན་པས་  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རྒྱད་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་རྣམས་ཆོས་  
 ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེའི་རྒྱད་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་དེ་ཡང་།  
 བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། མི་འཐད་  
 པར་ཐལ། སྒྲུབ་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་དེ་ཇི་སྤྱད་འཆོའི་བར་དང་། བྱང་སེམས་ཀྱི་  
 སྒྲུབ་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་བར་འཇུག་པའི་བྱང་པར་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་བཟོད་  
 པ་ཡིན་ན། དུལ་སེམས་ཅན་ཞིག་ལ་དམིགས་ནས་བཟོད་དོ་སྒྲུབ་པའི་བཟོད་  
 པ་ཡིན་པས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རྒྱད་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་ཉིད་མཛོན་  
 སྤྱོད་ཀྱི་ཉིད་མཛོན་ལ་ངེས་ཐོབ་ཀྱི་བཟོད་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་  
 ཕྱིར། འདོད་ན་སྤྱོད། །

ཁ་ཅིག་བཟོན་འགྲུས་ཡིན་ན། དམ་པའི་ཆོས་ཕྱིར་དུ་བཟོན་པའི་  
 བཟོན་འགྲུས་ཡིན་པས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རྒྱད་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་ཉིད་མཛོན་  
 འབད་པའི་བཟོན་འགྲུས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། ཉགས་གསལ་སྤྱོད།  
 ཁ་ཅིག་དེ་ལྟར་བྱའི་བཟོན་འགྲུས་དེ་བཟོན་འགྲུས་མིན་ནོ་ཞེས་བཟོད་དོ། ཁ་ཅིག་  
 བསམ་གཏན་ཡིན་ན། བསམ་གཏན་ཀྱི་པར་ཕྱིན་ཡིན་པས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རྒྱད་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་ཉིད་མཛོན་  
 འབད་པའི་རྒྱད་ཀྱི་བསམ་གཏན་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 དེའི་རྒྱད་ལ་ཞི་གནས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། བྱང་པའི་རྒྱད་ཡོན་ཏན་དུ་



ཐལ་ལོ། ཁ་ཅིག་ ཤེས་རབ་ཀྱི་པར་བྱེན་ཡིན་ན། ཤེས་རབ་ཡིན་པས་བྱབ་  
 ཟེར་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ལྷོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་  
 པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། མ་བྱབ་གསུང་ན།  
 སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་དོན་དམ་སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། དེར་  
 ཐལ། དེའི་བྱིར། འདོད་ན། སེམས་བྱུང་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར།  
 འདོད་མི་རུས་ཏེ། གཙུ་སེམས་ཡིན་པའི་བྱིར།

རང་ལུགས་ལ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ལ་བརྟེན་ནས་ཆེན་པོ་གསུམ་  
 ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས། ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་  
 དེར་གྱུར་པའི་མཐེན་པ་ཡུལ་ཀྱི་སྐྱབ་པ་དང་། ལྷོར་བ་བྱེ་བྲག་གི་སྐྱབ་པ་  
 གཉིས། ཡང་དེ་ལ་གོ་སྐྱབ། འདུག་སྐྱབ། ཆོགས་སྐྱབ། དེས་འབྱུང་སྐྱབ་པ་  
 དང་བཞི་ཡོད། གཞན་གསུམ་འོག་ཏུ་འཆད་ལ། པར་བྱེན་རེ་རེའི་ནང་དུ་བྱག་  
 བྱག་ཆང་བར་བསྐྱས་ནས་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་རིགས་སུ་གནས་པའི་སེམས་  
 དཔའི་ཡེ་ཤེས། གོ་སྐྱབ་ཀྱི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་རྒྱས་པར་དབྱེ་ན། སྐྱེན་པའི་  
 གོ་ཆ་བྱག་ནས་ཤེས་རབ་ཀྱི་གོ་ཆའི་བར་སོ་བྱག་ཡོད། ལྷོར་སྐྱེན་པ་ལ་  
 དབྱེ་ན། མི་འཇིགས་པ་སྐྱབས་ཀྱི་སྐྱེན་པ། ཟང་ཟིང་གི་སྐྱེན་པ། ཆོས་ཀྱི་  
 སྐྱེན་པ་དང་གསུམ། ཚུ་ལ་བྲིམས་ལ་ཉེས་སྐྱོད་སྒོམ་པའི་ཚུ་ལ་བྲིམས། དགོ་

བ་ཆོས་སྤྱད་གྱི་ཚུལ་བྲིམས།      སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་གྱི་ཚུལ་བྲིམས་དང་  
གསུམ། བཟོད་པ་ལ་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་ལེན་གྱི་བཟོད་པ། གཞོད་པ་ལ་ཇི་མི་  
སྒྱུམ་པའི་བཟོད་པ། ཆོས་ལ་ངེས་སེམས་གྱི་བཟོད་པ་དང་གསུམ། བཙོན་  
འགྲུས་ལ་གོ་ཆའི་བཙོན་འགྲུས། སྦྱོར་བའི་བཙོན་འགྲུས། ཆོག་མི་ཤེས་པའི་  
བཙོན་འགྲུས་དང་གསུམ། བསམ་གཏན་དང་ཤེས་རབ་གཉིས་སོ་སོ་ལ། ཇི་  
སྟངས་སྟེད་ལ་དམིགས་པའི་བསམ་གཏན་རེ་རེ་དང་། སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་  
གྱི་བསམ་གཏན་དང་གསུམ་ཡོད་དོ། །

གསུམ་པ་ཙོད་པ་སྦྱོར་བ་ལ། ཁ་ཅིག་མཁྱེན་པ་ཡུལ་གྱི་སྐྱབ་པ་དང་།  
སྦྱོར་བ་བྱེ་བྲག་གི་སྐྱབ་པ་གཉིས་ལ་བྲབ་ཆེ་ཆུང་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་  
ལ་སྦྱི་དང་བྱེ་བྲག་གི་ཐ་སྙད་སྦྱར་བ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་པའི་བྱིར། ཟེར་ན། མ་  
བྲབ། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། དེ་གཉིས་ཡིན་བྲབ་མཉམ་དུ་བཤད་པའི་བྱིར། ཁ་  
ཅིག་སོ་ཐར་གྱི་སྒྲོམ་པའི་ས་བོན་ཡིན་ན། སོ་ཐར་གྱི་སྒྲོམ་པ་ཡིན་དགོས་  
པར་ཐལ། གོང་དུ་དམ་བཅའ་འཐད་པའི་བྱིར། ཟེར་ན། མ་བྲབ། འདོད་ན། མི་  
འཐད་པར་ཐལ། མི་མ་ཡིན་པའི་རྒྱད་ལ་སོ་ཐར་གྱི་སྒྲོམ་པའི་ས་བོན་ཡོད་  
པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་ལ་སོ་ཐར་གྱི་སྒྲོམ་པ་སྦྱེ་རུང་བའི་བྱིར། ཁ་  
ཅིག་གོ་སྐྱབ་ཡིན་ན། ཕྱིན་དུག་ཉམས་ལེན་གྱིས་བེན་པས་བྲབ་པར་ཐལ།  
གོ་སྐྱབ་འཆད་པའི་ཆོ། །དེ་དག་སོ་སོར་སྦྱིན་ལ་སོགས། །ཞེས་སོགས་

གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་བོ།

### འཇུག་སྐྱབ།

༺ བརྒྱད་པ་འཇུག་སྐྱབ་ནི། བསམ་གཏན་གཟུགས་མེད་སྦྱིན་སོགས་  
 དང་། །ཞེས་པ་ནས། འཛེགས་པ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱ། །ཞེས་པའི་བར་  
 གསུངས་ཏེ། དེའི་དོན་འཆད་པ་ན། འགྲེལ་པ་ལས། བསམ་གཏན་དང་  
 གཟུགས་མེད་པའི་སྒྲིམས་པར་འཇུག་པ་དང་། །ཞེས་པ་ནས། འཇུག་པའི་  
 སྐྱབ་པ་རྣམ་པ་དགའའོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས། དེ་དག་གང་ལས་འཕྲོས་  
 པའི་ཚུལ་ཡོད་དེ། །ཤུ་རིའི་བྱས་སྤྲས་པ། ཆེ་དང་ལྡན་པ་གང་པོ་ཅི་ཙམ་གྱིས་  
 ན་བྱང་ཆེན་ཐེག་པ་ལ་ཡང་དག་པར་འཇུག་པ་ཡིན། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་མདོ་  
 ལས་བསམ་གཏན་བཞི་སོགས་བསྟན་པ་ལས་འཕྲོས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

འདིའི་སྐབས་སུ་རྩ་བའི་ཆོག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་  
 བོ། ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱིས་བསྐྱུས་པའི་བསམ་གཏན་བཞི་དང་། གཟུགས་མེད་  
 བཞིས་བསྐྱུས་པའི་འཇུག་སྐྱབ་དང་། སྦྱིན་སོགས་ཕྱིན་བྱུག་གིས་བསྐྱུས་  
 པའི་འཇུག་སྐྱབ་དང་། མཐོང་སྒྲོམ་གྱི་ལམ་ཁྲད་པར་གྱི་ལམ་གྱིས་བསྐྱུས་  
 པའི་ལམ་གྱི་འཇུག་སྐྱབ། བྱམས་པ་ལ་སོགས་པ་ཆད་མེད་བཞིའི་འཇུག་  
 སྐྱབ་དང་། བདེན་བྱུག་གྱི་དམིགས་པ་མེད་པ་དང་ལྡན་པའི་འཇུག་སྐྱབ་དང་།  
 སྦྱིན་པ་ལྟ་བུ་ལ་མཆོན་ན། གང་ལ་སྦྱིན་པ། གང་གིས་སྦྱིན་པ། སྦྱིན་པའི་

དངོས་པོའི་འཁོར་གསུམ་བདེན་མེད་དུ་ཉོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟིན་  
པས་ན་རྣམ་པར་དག་པའི་འཇུག་སྐྱབ་དང་། དག་བ་རྣམས་ཆེད་དུ་བྱ་བ་ཆེན་  
པོ་གསུམ་གྱི་ཕྱིར་དུ་བསྡོམ་པའི་འཇུག་སྐྱབ་དང་། མདོན་ཤེས་དུག་ལ་འཇུག་  
པའི་འཇུག་སྐྱབ་དང་། འབྲས་བུ་རྣམ་པ་ཀྱན་མཁྱེན་པའི་ཚུལ་ལ་ནི་འཇུག་  
ཅིང་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་འཇུག་སྐྱབ་གྱི་ཡེ་ཤེས་རྣམས་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་  
ལ་འཛེགས་པ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། ཐེག་བ་ཆེན་པོའི་རྒྱ་འབྲས་གྱི་  
ཆོས་ཅི་རིགས་པ་གོང་འཕེལ་དུ་འཇུག་པའི་སྐྱབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གཉིས། བསམ་གཏན་གཟུགས་མེད་གྱི་  
རྣམ་གཞག་སྒྱིར་བསྟན་པ་དང་། མཐའ་དབྱེད་པ་དངོས་སོ། །དང་པོ་ནི། སྐབས་  
འདིར་བསམ་གཟུགས་གྱི་རྣམ་གཞག་རྒྱས་པར་འཆད་པར་རིགས་མོད་མང་  
བར་དོགས་ནས། དོན་གྱི་ངོ་བོ་ཅུ་མ་ཞིག་བརྗོད་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་གཉིས།  
བསམ་གཏན་དང་། གཟུགས་མེད་གྱི་རྣམ་པར་བཞག་པའོ། །

དང་པོ་ནི། ཐོག་མར་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉིར་བསྟོགས་ཀྱིས་  
བསྐྱུས་པའི་ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་གི་གོ་རིམ་ཤེས་དགོས་ཏེ། དེ་ཡང་ཞི་  
གནས་མཆོན་ཉིད་པ་བྱུང་ནས། དེའི་རྗེས་སུ་ལྷག་མཐོང་བསྟོམ་དགོས་པ་  
ཡིན་གྱི། ཞི་གནས་མ་ཐོབ་པར་ལྷག་མཐོང་ཐོབ་པར་མི་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་ཏེ།  
སྟོད་འཇུག་ལས། ཞི་གནས་རབ་ཏུ་ལྡན་པའི་ལྷག་མཐོང་གིས། །ཉོན་མོངས་

རྣམ་པར་འཛོམས་པ་ཤེས་བྱས་ནས། །ཐོག་མར་ཞི་གནས་བཅའ་བྱ་ཞེས་  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར། །ཞི་གནས་ཀྱང་ནང་དུ་འཛོག་པ་སོགས་སེམས་གནས་  
 པའི་ཐབས་དགུ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐབ་དགོས་པར་ཉན་ས་ནས་གསུངས་ཤིང་།  
 མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས་ཀྱང་། དེ་གོམས་མདོན་པར་འདུ་མི་བྱེད། །དེ་ནས་དེ་ཡི་  
 ལུས་དང་སེམས། །ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པ་ཆེ་ཐོབ་ནས། །ཡིད་ལ་བྱེད་དང་བཅས་  
 ཞེས་བྲ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གྲུབ་ནས་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉིར་  
 བསྐྱོགས་ཀྱི་ངོ་བོར་གྱུར་པའི་ལྷག་མཐོང་བསྐྱོམ་དགོས་ཏེ། གུན་བདུས་  
 ལས། ཡིད་ལ་བྱེད་པ་བདུན་གྱི་བསམ་གཏན་དང་པོ་ལ་སྦྱོམས་པར་འཇུག་  
 རྟེ། བདུན་པོ་དེ་དག་ཀྱང་གང་ཞེ་ན། སྤྲུལ་པ། མཆན་ཉིད་སོ་སོར་རིག་པ་  
 ཡིད་བྱེད་དང་། མོས་པ་ལས་བྱུང་བ་དང་། རབ་ཏུ་དབེན་པ་དང་། དགའ་བ་  
 སྤྱད་པ་དང་། དཔྱོད་པ་དང་། སྦྱོར་བ་མཐར་ཐུག་པ་དང་། སྦྱོར་བ་མཐར་  
 ཐུག་པའི་འབྲས་བུ་ཡིད་ལ་བྱེད་པའོ། །ཞེས་གསུངས་ལྟར། ཡིད་བྱེད་བདུན་  
 ཀྱི་ཐོག་མ་མཆན་ཉིད་སོ་སོར་རིག་པ་ཡིད་བྱེད་ནམ་ཐོབ་པ་ན་བསམ་གཏན་  
 དང་པོའི་ཉིར་བསྐྱོགས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་ལྷག་མཐོང་གི་འགོ་བརྒྱུམས་པར་  
 འཛོག་པའི་ཕྱིར། སྤྲུལ་ཐུག་ཉིར་བསྐྱོགས་དང་། བདུན་པ་ནི་བསམ་གཏན་  
 དང་པོའི་དངོས་གཞི་ལ་བཤད་ཅིང་། ཡིད་བྱེད་དང་པོ་ནི་ལྷག་མཐོང་ལ་  
 འཇུག་པའི་སྐབས་ཡིན་གྱི། ལྷག་མཐོང་དངོས་ནི་མོས་པ་ཡིད་བྱེད་ནས་ཐོབ་



སྟེ། དེ་ཡང་ཡིད་བྱེད་དང་པོས་འདོད་པ་ལ་རགས་པ་དང་། བསམ་གཏན་དང་  
པོ་ལ་ཞི་བའི་རྣམ་པར་བལྟས་ནས་ཐོས་བསམ་གྱིས་དབྱེད་པའི་སྟོབས་གྱིས་  
ཞེན་སྦྱངས་གྱི་བདེ་བ་ནམ་དངས་པ་ནས་མོས་པ་ཡིད་བྱེད་ཐོབ་པར་འཛོག་  
པའི་བྱིར། དེ་ནས་འདོད་པའི་ཉོན་མོངས་མཛོན་འགྱུར་བ་པལ་ཆེར་སྦྱང་བ་  
ལ་ཡིད་བྱེད་ལྷག་མ་བཞི་དང་། སྦྱོར་བ་མཐར་ཐུག་གི་འབྲས་བུ་ཡིད་བྱེད་  
ནི། དེ་དག་རེ་ཞིག་སྤངས་པའི་བསམ་གཏན་དང་པོའི་དངོས་གཞི་ལ་འཛོག་  
ཅིང་། ཡིད་བྱེད་དེ་དག་གཞན་རྣམས་ལ་ཡང་འདྲ་བར་བཤའ་དོ།།

བསམ་གཏན་གྱི་ངོ་བོ་དང་དབྱེ་བ་མཛོར་བསྐྱས་ཏེ་བཤའ་བ་ནི། རྟོག་  
དཔྱེད་གང་རུང་གི་གཉེན་པོའི་ཡན་ལག་གིས་འདོད་པ་ལ་བདུན་པའི་འདུན་  
སྟེད་དང་བྲལ་བྱེད་གྱི་རིགས་སུ་གནས་པའི་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་  
བསྟོགས་དང་། དེ་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་རིགས་སུ་གནས་པའི་  
བསམ་གཏན་དང་པོའི་དངོས་གཞི་དང་། ནང་རབ་ཏུ་དང་བ་གཉེན་པོའི་ཡན་  
ལག་གིས་བསམ་གཏན་དང་པོའི་འདུན་སྟེད་དང་བྲལ་བྱེད་གྱི་རིགས་སུ་  
གནས་པའི་བསམ་གཏན་གཉིས་པའི་ཉེར་བསྟོགས་དང་། དེ་ལ་འདོད་ཆགས་  
དང་བྲལ་བའི་རིགས་སུ་གནས་པའི་བསམ་གཏན་གཉིས་པའི་དངོས་གཞི་  
དང་། དྲན་ཤེས་བཞིན་བཏང་སྟོམས་གཉེན་པོའི་ཡན་ལག་གིས་བསམ་  
གཏན་གཉིས་པའི་འདུན་སྟེད་དང་བྲལ་བྱེད་གྱི་རིགས་སུ་གནས་པའི་བསམ་

གཏན་གསུམ་པའི་ཉིང་བསྐྱོགས་དང་། དེ་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་  
 རིགས་སུ་གསན་པའི་བསམ་གཏན་གསུམ་པའི་དངོས་གཞི་དང་། བཏང་  
 སྒྲུམས་ཡོངས་དག་གཉིན་པོའི་ཡན་ལག་གིས་བསམ་གཏན་གསུམ་འདུན་  
 སྐྱེད་དང་བྲལ་བྱེད་གི་རིགས་སུ་གསན་པའི་བསམ་གཏན་བཞི་པའི་ཉིང་  
 བསྐྱོགས་དང་། དེ་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་རིགས་སུ་གསན་པའི་  
 བསམ་གཏན་བཞི་པའི་དངོས་གཞི་དང་བརྒྱད་དེ། བསྐྱུ་ན། བསམ་གཏན་  
 དང་པོའི་སྒྲུམས་འཇུག་སོགས་བཞི་པོ་གང་རུང་དུ་འདུ་བ་ཡིན་ཏེ། ཉིང་  
 བསྐྱོགས་དེ་དང་དངོས་གཞི་གཉིས་གང་རུང་གཅིག་གིས་བསྐྱུས་པའི་བྱིར།  
 བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉིང་བསྐྱོགས་ལ་དག་པ་བ་དང་། ཟག་མེད་གཉིས་  
 ཡོད་ལ། ཉོན་མོངས་ཅན་མེད་དོ། །བསམ་གཏན་དང་པོ་ལ་ཡན་ལག་ལྔ་ཡོད་  
 དེ། རྟོག་དཔྱེད་གཉིས། དགའ་བདེ་གཉིས། ཉིང་ངེ་འཇིན་གི་ཡན་ལག་དང་  
 ལྔ་ཡོད་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་ལ་ཡན་ལག་བཞི་ཡོད་དེ། ནང་རབ་ཏུ་དང་བ་  
 དང་དགའ་བདེ་གཉིས་ཉིང་ངེ་འཇིན་གི་ཡན་ལག་དང་བཞི་ཡོད་པའི་བྱིར།  
 གསུམ་པ་ལ་ཡན་ལག་ལྔ་ཡོད་དེ། རྩན་པ་དང་ཤེས་བཞིར་བཏང་སྒྲུམས་  
 གསུམ་དང་བདེ་བ་དང་སེམས་རྩེ་གཅིག་པའི་ཉིང་ངེ་འཇིན་རྣམས་སུ་ཡོད་  
 པའི་བྱིར། བཞི་པ་ལ་ཡན་ལག་བཞི་ཡོད་དེ། རྩན་པ་དང་བཏང་སྒྲུམས་  
 ཡོངས་སུ་དག་པ་དང་། ཆོར་བ་བཏང་སྒྲུམས་དང་སེམས་རྩེ་གཅིག་པའི་ཉིང་

དེ་འཇིན་རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། བསམ་གཏན་གྱི་སྟོམས་  
འཇུག་ལ་སྐས་བརྗོད་རིགས་ཀྱི་སྟོན་སྟེན་དབྱེ་ན། རྒྱ་སྟོམས་འཇུག་གི་བསམ་  
གཏན་དང་། འབྲས་བུ་སྐྱེ་བའི་བསམ་གཏན་དང་། དེ་ལ་ཡང་བྱེ་བ་རྣམས་སུ་  
ཡོད་དོ། །འདི་རྣམས་ཀྱི་སྐབས་སུ་བྱུང་མཐའི་བྱང་པར་གྱིས་བཞེད་པ་སོ་སོ་  
རྣམས་སུ་དང་ཞིབ་པར་ནི་གཞན་དུ་བལྟའོ། །

གཉིས་པ་གཟུགས་མེད་ལ། གཟུགས་དང་ཐོགས་པའི་འདུ་ཤེས་  
རགས་པར་མཐོང་ནས་འདུ་ཤེས་དེ་བཞིག་ཅིང་ནམ་མཁའ་ལྟར་མཐའ་ཡས་  
སོ་སྟམ་དུ་གོམས་པའི་གཟུགས་མེད་ཀྱི་སྟོམས་འཇུག་དང་པོ་དང་། རྣམ་  
མཁའི་འདུ་ཤེས་དེ་ཉིད་དགག་བྱར་བལྟས་ནས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མཐའ་  
ཡས་སོ་སྟམ་དུ་གོམས་པའི་གཟུགས་མེད་ཀྱི་སྟོམས་འཇུག་གཉིས་པ་དང་།  
རྣམ་ཤེས་ཀྱི་འདུ་བྱེད་དེ་ཉིད་དགག་བྱར་བལྟས་ནས་གཟུང་བྱ་རགས་པ་ཅི་  
ཡང་མེད་དོ་སྟམ་དུ་གོམས་པའི་གཟུགས་མེད་ཀྱི་སྟོམས་འཇུག་གསུམ་པ་  
དང་། ཅི་ཡང་མེད་ཀྱི་འདུ་ཤེས་དེ་ཉིད་དགག་བྱར་བལྟས་ནས་འདུ་ཤེས་  
རགས་པ་ཡོད་པ་ཡང་མ་ཡིན་པ་བཞེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་སྟམ་དུ་ཡིད་ལ་  
གོམས་པའི་གཟུགས་མེད་ཀྱི་སྟོམས་འཇུག་བཞི་རྣམས་སུ་ཡོད་ལ། དེ་རེ་  
རེ་ལའང་ཉེར་བསྟོགས་དང་དངོས་གཞི་གཉིས་གཉིས་ཡོད་དོ། །དེ་དག་ལ་  
ཡན་ལག་མི་འདྲ་བ་མ་གསུངས་ཤིང་། དམིགས་པ་མི་འདྲ་བའི་སྟོན་སྟེན་

འཛོག་གཟུགས་མེད་ན་གནས་གོང་འོག་གི་བྱང་པར་མེད་ཅིང་། བསམ་གཏན་གྱི་དབང་གིས་སྐྱེ་བ་མཆོག་དམན་གྱི་བྱང་པར་ཡོད་དོ། །འོན་ཀྱང་གཟུགས་མེད་ཀྱི་སྟོམས་འཇུག་དང་གཟུགས་མེད་ཀྱི་གནས་གཉིས་བྱང་པར་ཤེས་དགོས་ཏེ། གཟུགས་མེད་ཀྱི་སྟོམས་འཇུག་ནི་འདོད་ཁམས་པའི་རྒྱུད་ལ་ཡང་ཡོད་ལ། དེའི་གནས་ནི་ལྷ་གནས་སུ་འཛོག་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེ་དག་ནི་རགས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ཀྱི། ཞིབ་པར་ཡང་གཞན་དུ་བསྟོམས།

གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ན། འཇུག་སྐྱབ་ཡིན་པས་བྱབ་ཟེར་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོགས་ལམ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་ཐོབ་པར་ཐལ་ལོ། ཁ་ཅིག་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ན། འཇུག་སྐྱབ་ཡིན་པས་བྱབ་ཟེར་ན། ཐེག་དམན་དག་བཅོམ་པའི་རྟོགས་པ་སྒྲོན་དུ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་ཆོགས་ལམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། རྟོགས་གསལ་སྒྲ། ཁ་ཅིག་ཐེག་ཆེན་སྦྱོར་ལམ་ཐོབ་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ན། འཇུག་སྐྱབ་ཡིན་པས་བྱབ་ཟེར་ན། རྣམ་མཁྱེན་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། །འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ།

ཁ་ཅིག་ ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་ཆོས་ཅི་རིགས་པ་སྦྱོར་བའི་སློན་ནས་  
ཉམས་སྲུ་ལེན་པའི་སློམ་བྱུང་དུ་གྱུར་པའི་སེམས་དཔའི་རྣལ་འབྱོར། འཇུག་  
སྦྱབ་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། དམན་ལམ་སློན་དུ་མ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་  
ཆོགས་ལམ་པའི་རྒྱད་ཀྱི་སློམ་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་  
ཐལ། མཆོན་ཉིད་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན་སླ།

རང་ལུགས་ལ། ཐེག་ཆེན་སྦྱོར་ལམ་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱད་ཀྱི་  
སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟིན་པའི་སློན་ནས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རྒྱ་  
འབྲས་ཀྱི་ཆོས་ཅི་རིགས་པ་སྦྱོར་བ་ལག་ལེན་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་བྱ་བས་  
ཉམས་སྲུ་ལེན་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས། འཇུག་སྦྱབ་ཀྱི་མཆོན་ཉིད། དེ་  
ལ་སྤར་བ་ཤད་པ་ལྟར་དགུ་ཡོད།

གསུམ་པ་ཙོད་པ་སྟོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་ ཐེག་ཆེན་ཀྱི་ཆོགས་ལམ་ན་  
འཇུག་སྦྱབ་མེད་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཡོད་  
པར་ཐལ། འགྲེལ་ཆེན་ལས། གོ་ཆ་དང་འཇུག་པའི་སྦྱབ་པ་དང་ནི་གོ་རིམ་  
བཞིན་དུ་བརྒྱད་དང་དངོས་སུ་སྦྱོར་བའི་རང་བཞིན་ཆོགས་དང་མོས་པས་  
སྦྱོད་པས་བསྐྱས་པ་ཡིན་ནོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ།  
དེ་ནི་གོ་སྦྱབ་ཆོགས་ལམ་དང་འཇུག་སྦྱབ་མོས་སྦྱོད་ཀྱིས་སྦྱོར་ལམ་ནས་  
འཇོག་པའི་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་མིན་ན། དེ་གཉིས་གང་རུང་ཡིན་ན།



ཆོགས་ལམ་དང་སྒྲོར་ལམ་གང་རུང་གིས་བསྐྱས་པས་བྱུང་བ་ཐལ། དམ་  
བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་སོ།།

### ཆོགས་སྐྱབ།

༥ དགྲ་བ་ཆོགས་སྐྱབ་ནི། བཅེ་དང་སྒྲིན་ལ་སོགས་པ་དུག །ཅེས་བ་  
ནས། །རིམ་བ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས་ཏེ། དེའི་དོན་  
འགྲེལ་པར་འཆད་པ་ན། སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོ་དང་། སྒྲིན་བ་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་  
དང་། ཞེས་བ་ནས། ཆོགས་ཀྱི་སྐྱབ་པ་རྣམས་པ་བཅུ་བདུན་ནོ་ཞེས་པའི་བར་  
དང་། དེ་ལ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་ནི། རང་དང་། ཕྱི་དང་དེ་གཉིས་ཀ་དང་། ཞེས་  
བ་ནས། གཞན་གྱི་ངོ་མོའི་སྤྱོད་པ་ཉིད་ཀྱི་བྱེ་བྲག་གིས་རྣམས་པ་ཉི་ཤུ་ལོ། །ཞེས་  
པའི་བར་གྱིས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་གསུངས། དེ་དག་གང་ལས་འཕྲོས་པ་  
ཡོད་དེ། གོ་སྐྱབ་དང་འཇུག་སྐྱབ་ལས་འཕྲོས་ནས། བཏོ་ལས། དེས་སྤྱོད་  
གསུམ་གྱི་སྤྱོད་ཆེན་པོའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་འདི་ན་སེམས་ཅན་དཔྱལ་  
བའི་མའི་ཕུང་པོ་རྩེ་སྤྱོད་ཡོད་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཞི་བར་བྱས་ཤིང་། ཞེས་  
སོགས་གསུངས་པ་ལས་འཕྲོས་པའི་ཕྱིར།

འདིའི་སྐྱབས་སུ་རྩ་བའི་ཆོག་དོན་དང་། བཅའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་ནི་  
ཆོགས་སྐྱབ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་རིམ་བ་ལ་བཅུ་བདུན་ཡོད་  
པ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་བཅེ་བ་སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོའི་སྐྱབ་པ་དང་།

སྤྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་སྤྱིན་དུག་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་དེ་དང་། ཞི་གནས་ལྷག་  
མཐོང་དང་བཅས་པའི་དེ་དང་། ཞི་ལྷག་བྱང་དུ་འབྲེལ་བའི་ལམ་གང་ཡིན་  
པའི་དེ་དང་། གཞན་དོན་སྐྱབ་པའི་ཐབས་ལ་མཁས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དང་།  
ཡེ་ཤེས་དང་ནི་བསོད་ནམས་ཀྱི་དེ་དང་། མཐོང་སྒྲོམ་གྱི་ལམ་གྱི་དེ་དང་།  
ཆོག་དོན་གྱི་གཟུངས་ཀྱི་དེ་དང་། ས་བཙུ་བའི་དེ་དང་། གཉིན་པོའི་ཆོགས་  
ཀྱི་སྐྱབ་པ་ཡི་བྱང་པར་དང་བཙུ་བདུན་ནམས་སུ་ཡོད་པའི་བྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་དངོས་དང་། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་བཤད་  
པ་དང་གཉིས། དང་པོ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་རང་འབྲས་བྱང་  
ཆེན་འབྲིན་པར་བྱེད་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས། ཆོགས་སྐྱབ་གྱི་མཆོན་  
ཉིད་ཟེར་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོགས་ལམ་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ། མཆོན་  
ཉིད་དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་ན།  
ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་ཆོས་མཆོག་ཐོབ་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། །ཁ་  
ཅིག་རང་གི་ཉིད་འབྲས་བྱང་ཆེན་དངོས་སུ་འབྲིན་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་  
ཤེས། ཆོགས་སྐྱབ་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་ཆོས་  
མཆོག་ཆེན་པོ་སྐད་ཅིག་དང་པོའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ།  
མཆོན་བྱ་དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སྦྱོར་ལམ་ཆོས་མཆོག་ཆེན་པོ་  
ཐོབ་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་ན། དེས་རང་གི་ཉིད་

འབྲས་གནས་སྐབས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོ་དངོས་སུ་འབྱེན་པར་ཐལ། འདོད་  
པ་གང་ཞིག དེས་རང་གི་ཉེར་འབྲས་མཐར་ཐུག་གི་བྱང་ཆེན་དངོས་སུ་མི་  
འབྱེན་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དངོས། ཕྱི་མ་དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་མ་  
ཐོབ་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེ་དང་གནས་སྐབས་ཀྱི་བྱང་ཆེན་ཐེག་  
ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོར་ལམ་ཆོས་མཆོག་  
ཆེན་པོ་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་དེས་ཆོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ཆོགས་སྐབས་ཡིན་ན།  
བྱང་ཆེན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་ཆོས་ཅན།  
དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། མི་འཐད་པར་ཐལ། བྱང་ཆེན་འདུས་མ་བྱས་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་གནས་སྐབས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོ་ཡིན་ན། བྱང་ཆུབ་  
ཆེན་པོ་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན། དེ་ཞིག་དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། བྱང་ཆུབ་ཆེན་  
པོ་ཡིན་ན། སངས་རྒྱས་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆེན་པོ་གསུམ་  
གང་རུང་ཡིན་ན། སངས་རྒྱས་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཡང་ན་བྱུང་པར་  
འབྱེད་དོ། །

གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། ཐེག་ཆེན་སྒྲོར་ལམ་ཆོས་མཆོག་ཆེན་པོ་  
ཐོབ་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་རང་འབྲས་བྱང་ཆེན་འབྱེན་པར་བྱེད་པའི་  
སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས། ཆོགས་སྐབས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད། དབྱེ་ན། ཕྱིན་དུག་ལ་  
སྒྲོར་བའི་དུག ཞི་ལྷག་གཉིས་དང་ཡེ་ཤེས་དང་བསོད་ནམས་གཉིས་སོ་

སོར་སྤྱེ་བའི་བཞི། གཞན་རྣམས་གོ་སྤྱོད་བས་བཅུ་བདུན་ནོ། །

གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྤྱོད་བ་ལ། ཁ་ཅིག་གནས་སྐབས་ཀྱི་བྱང་ཆེན་ཡིན་  
ན། བྱང་ཆེན་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། གནས་སྐབས་ཀྱི་སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོ་ཡིན་ན།  
སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོ་ཡིན་དགོས་པའི་སྤྱིར་བེད་ན། མ་ཁྲབ་སྒྲུལ། ཁ་ཅིག་སྤྱིང་རྩེ་  
ཆེན་པོ་དེ་ཆོགས་སྒྲུབ་ཡིན་པར་ཐལ། ཆོགས་སྒྲུབ་འཆད་པའི་ཆོ། བཅེ་དང་  
ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། བེད་ན། མ་ཁྲབ་སྤྱི། དེའི་དོན་ནི། དེར་གྱུར་པའི་  
ཆོགས་སྒྲུབ་ཡོད་པ་ལ་དགོངས་པའི་སྤྱིར། གོང་དུ་འདུག་སྒྲུབ་ཀྱི་སྐབས་སུ་  
བྱམས་སོགས་ཆད་མེད་བཞི་དང་། འདིར་གཟུངས་ཀྱི་ཆོགས་སྒྲུབ་ལས་  
འཕྲོས་པའི་བཤའ་པ་མང་དུ་སྒྲུང་ཡང་མ་བྱིས་ཀྱང་ཤེས་པར་བྱའོ།

གཉིས་པ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་བཤའ་པ་ལ། རང་དང་སྤྱི་རོལ་རྣམས་  
དང་ནི། །གཉིས་དང་སྤྱོད་པའི་དངོས་པོ་དང་། །སྤྱོད་པ་དང་སྤྱོད་པ་འདས་  
ལས་དང་། །རྒྱུ་ལས་སྤྱོད་དང་ཅིག་ཤོས་དང་། །མཐའ་འདས་ཐོག་མ་དོར་  
བ་མེད། །རང་བཞིན་དང་ནི་ཆོས་ཀྱན་དང་། །ཆོས་སྤྱི་ལ་སོགས་འདས་  
སོགས་དང་། །ལྡན་དང་ཅིག་ཤོས་རོ་བོ་དང་། །མཁའ་དང་སྤྱོད་པ་ཞེས་བྱ་  
དང་། །ཆོས་ཀྱི་གཞན་ཀྱི་རོ་བོ་ཉིད། །རང་རང་རོ་བོས་སྤྱོད་པའི་སྤྱིར། །སྤྱོད་  
པ་ཉིད་ནི་ཉི་ཤུར་འདོད། །ཅེས་འགྲེལ་པ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར། དོན་བསྒྲུས་  
ཏེ་བརྗོད་ན། །སྤྱོད་པ་ཉིད་དེ་ལ་ཉི་ཤུ་ཡོད་དེ། །རང་སྤྱོད་མཆད་དུག་བདེན་པས་

སྟོང་པ་ནི་ནང་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། ཕྱི་རོལ་གྱི་སྐྱེ་མཆེད་དྲུག་བདེན་པས་སྟོང་  
 པ་ཕྱི་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀའམ་དབང་ཉེན་བདེན་པས་སྟོང་པ་  
 ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀ་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། སྟོང་ཉིད་བདེན་སྟོང་སྟོང་པ་ཉིད་སྟོང་པ་  
 ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། ཕྱོགས་བཅུ་བདེན་སྟོང་ཆེན་པོ་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། ལྷང་  
 འདས་བདེན་སྟོང་དོན་དམ་པ་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། འདུས་བྱས་བདེན་སྟོང་  
 འདུས་བྱས་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། འདུས་མ་བྱས་བདེན་སྟོང་འདུས་མ་བྱས་སྟོང་  
 པ་ཉིད་དང་། ཉག་ཆད་བདེན་སྟོང་མཐའ་ལས་འདས་པ་སྟོང་པ་ཉིད་དང་།  
 འཁོར་བའི་མཐའ་བདེན་སྟོང་ཐོག་མ་དང་ཐ་མ་མེད་པ་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། ལྷང་  
 དོར་བདེན་སྟོང་དོར་བ་མེད་པ་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། གནས་ལྷགས་བདེན་སྟོང་  
 རང་བཞིན་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། ཆོས་ཐམས་ཅད་བདེན་སྟོང་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
 སྟོང་པ་ཉིད་དང་། སྐྱེ་འགག་སོགས་བདེན་སྟོང་རང་གི་མཆེད་ཉིད་སྟོང་པ་  
 ཉིད་དང་། དུས་གསུམ་བདེན་སྟོང་མི་དམིགས་པ་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། རྒྱ་རྒྱུ་  
 ལས་སྐྱེས་པ་བདེན་སྟོང་དངོས་པོ་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། ལྷང་  
 པོ་ལྷ་བདེན་སྟོང་དངོས་པོ་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། རྣམ་འཁའ་བདེན་སྟོང་དངོས་པོ་  
 མེད་པ་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། རང་བཞིན་སྟོང་པ་ཉིད་བདེན་སྟོང་རང་གི་ངོ་བོ་སྟོང་  
 པ་ཉིད་དང་། བྱེད་པ་པོ་གཞན་གྱིས་སྟོང་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་གཞན་གྱི་ངོ་བོ་སྟོང་  
 པ་ཉིད་དང་ཉི་ཤུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེ་ལས་ཅུང་ཟད་བསྐྱུ་ན། བཅུ་དྲུག་ཡོད་ལ།



བཙུ་བྱག་པོ་བསྟུ་ན། ཕྱི་མ་བཞིར་འདུ་ཞིང་། འེན་ཏུ་བསྟུ་ན། འདུས་བྱས་  
སྟོང་བ་ཉིད་དང་། འདུས་མ་བྱས་སྟོང་བ་ཉིད་གཉིས་སུ་འདུ་བར་བཤའ་དོ།  
ཆོགས་སྟུབ་ལ་ཡང་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་གཉིས་ལས། ཡེ་  
ཤེས་ཀྱི་ས་བཙུའི་ཆོགས་ནི་མཉམ་གཞག་ཡེ་ཤེས་རྣམས་ལ་བྱེད་པར་སྟོང་  
ཉིད་ཀླང་གྲངས་ཀྱིས་སྟོན་པའི་ཡུམ་ཀྱི་མདོའི་ཆོག་རྣམས་ཀྱི་ཡུལ་གྱིས་  
ཡུལ་ཅན་འཕངས་པའི་སྟོན་ས་བསྟན་ལ། བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོགས་ལ་སའི་  
ཆོགས་བཙུ་པོ་རིམ་བ་བཞིན་དུ་འཆད་པ་ལ། ཡོངས་སུ་སྟོང་བ་རྣམ་བཙུ་  
ཡིས། །ཞེས་པ་ནས། བཙུ་བ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས།  
འདིའི་སྐབས་སུ་སའི་ཡོན་ཏན་སྤྱིར་བསྟན་པ་དང་། ས་སོ་སོའི་ཡོངས་སྟོང་  
བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤའ་བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ་གཉིས།

ཁྱད་གཞི་སའི་ངེས་ཆོག་དང་། ཁྱད་ཆོས་སའི་ཡོན་ཏན་བཤའ་  
པའོ། །དང་པོ་ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་ས་བཙུ་པོ་དེ་  
ལ་ས་ཞེས་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། རང་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོན་ཏན་གོང་  
དུ་འགོ་བའི་རྟེན་གཞི་བྱེད་པས་ན་དེ་ལྟར་དུ་བརྗོད་པའི་བྱིར། དེ་ཡང་རྒྱས་  
པར་མདོ་སྡེ་རྒྱན་དང་། འཇུག་འགྲེལ་ལས་བཤའ་བ་ལྟར་རོ། །གཉིས་པ་ལ་  
བྱག་པར་ཕྱིན་ལྟག་ཚུ་ལ། སྟེ་བ་འཛིན་ཚུ་ལ། ཡོན་ཏན་གྱི་གྲངས། རྟོགས་  
པའི་ཁྱད་པར། སྤང་བྱའི་ཁྱད་པར། སྟོན་ལམ་གྱི་ཁྱད་པར་རོ། དང་པོ་ཡོད་

དེ། ས་དང་པོ་ནས་སྦྱིན་པའི་པར་ཕྱིན་གྱི་ཉམས་ལེན་ལྷག་པར་ཐོབ་པ་ནས།  
 བཙུ་པར་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་པར་ཕྱིན་གྱི་ཉམས་ལེན་ལྷག་པར་ཐོབ་པའི་ཕྱིར།  
 གཉིས་པ་ཡོད་དེ། ས་དང་པོར་འཛམ་བུའི་སྤྱིང་ལ་དབང་བའི་འཁོར་ལོས་  
 བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོར་སྐྱེ་བ་འཛིན། དེ་བཞིན་དུ་ས་གཉིས་པར་སྤྱིང་བཞིར།  
 གསུམ་པར་སུམ་ཙུ་ཙ་གསུམ། བཞི་པར་འཐབ་བྲལ། ལྷ་པར་དགའ་ལྡན།  
 རྩལ་པར་འཕྱལ་དགའ། བདུན་པར་གཞན་འཕྱལ་དབང་བྱེད། བརྒྱད་པར་  
 སྒྲོང་དང་པོའི་བདག་པོ། དགྲུ་པར་སྒྲོང་གསུམ་གྱི་བདག་པོ། བཙུ་པར་གནས་  
 གཙང་མའི་ལྷའི་རྒྱལ་པོ་དབང་ཕྱག་ཆེན་པོར་སྐྱེ་བ་འཛིན་པའི་ཕྱིར། གསུམ་  
 པ་ཡོད་དེ། ས་དང་པོར་ཡོན་ཏན་བརྒྱ་ཕྱག་བཙུ་གཉིས་ཐོབ། སངས་རྒྱས་  
 བརྒྱའི་ཞལ་མཐོང་། སངས་རྒྱས་བརྒྱས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ། ཆེ་བསྐྱལ་བ་  
 བརྒྱར་གནས། སྒོན་དང་ཕྱི་མའི་མཐར་བསྐྱལ་བ་བརྒྱ་བརྒྱ་ལ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་  
 གཟིགས་པ་འདུག ཉིང་རེ་འཛིན་བརྒྱ་བརྒྱ་ལ་སྦྱོམས་པར་འདུག་ཅིང་ལྡང་།  
 འཛིག་ཉེན་ཁམས་བརྒྱ་གཡོ་བར་བྱས། དེ་བརྒྱ་སྤང་བར་བྱེད། དེ་བརྒྱར་  
 འགྲོ། ཆོས་སྒོ་བརྒྱ་འབྱེད། སྐྱལ་བ་བརྒྱ་འབྱེད། སྐྱལ་བ་རེ་རེའི་འཁོར་དུ་  
 བྱང་སེམས་བརྒྱ་ཕྱག་རེས་བསྐྱོར་བར་བྱེད་བྱས་པའི་ཡོན་ཏན་ནམས་ཐོབ་  
 པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། དེ་བཞིན་དུ་གཉིས་པར་ཡོན་ཏན་དེ་དག་སྒྲོང་འགྱུར།  
 གསུམ་པར་འབྲུམ། བཞི་པར་བྱེ་བ་ཕྱག་བརྒྱ། ལྷ་པར་བྱེ་བ་ཕྱག་སྒྲོང་། རྩལ་

པར་བྱེ་བ་བརྒྱ་ཕྱག་སྟོང་། བདུན་པར་བྱེ་བ་ཁྲག་ཁྲིག་འབྲུམ། བརྒྱད་པར་  
སྟོང་གསུམ་འདྲིལ་རྟེན་གྱི་ཁམས་འབྲུམ་གྱི་རྩལ་སྤྲ་རབ་གྱི་གྲངས་དང་  
མཉམ་པ་དང་། དགུ་པར་སྟོང་གསུམ་གྱི་འདྲིལ་རྟེན་གྱི་ཁམས་གྲངས་མེད་པ་  
འབྲུམ་སྤྲག་བརྩའི་རྩལ་སྤྲ་རབ་གྱི་གྲངས་དང་། བརྩ་པ་ལ་སངས་རྒྱས་གྱི་  
ཞིང་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་ཡང་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་རྩལ་སྤྲ་རབ་གྱི་རྩལ་རི་སྟེད་  
པ་དེ་སྟེད་གྱི་གྲངས་དང་མཉམ་པའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་འཐོབ་པར་འཇུག་  
འགྲེལ་ལས་བཤད་དོ། །

བཞི་པ་ཡོད་དེ། ས་དང་པོར་ཆོས་དབྱིངས་ཀྱན་འགྲོ་བའི་དོན་རྟོགས་  
པ་ནས། ས་བརྩ་པར་ཡིད་བྱེད་གྱི་བྱེད་ལས་གནས་གྱུར་པའི་སྒོ་ནས་ཆོས་  
ཉིད་རྟོགས་པ་ལས་ལ་དབང་བའི་རྒྱར་རྟོགས་པ་ཐོབ་པའི་བྱིར། ལྷ་པ་ཡོད་  
དེ། ཐུན་མོང་གི་སྤང་བྱ་ནི་འཆད་པར་འགྱུར་ལ། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ནི་ས་  
བརྩ་པོ་སོ་སོ་ལ་ཡང་སྤང་བྱ་ཀྱན་ཏུ་མོངས་པ་གཉིས་གཉིས་དང་། དེའི་  
གནས་ངན་ལེན་མི་མཐུན་སྟོགས་རེ་རེ་ཡོད་པ་རྣམས་སྤངས་ནས་ས་དེ་དང་  
དེ་འཐོབ་པར་བྱེད་པའི་བྱིར། ཀྱན་ཏུ་མོངས་པ་གཉིས་གཉིས་སྤོང་སྟེ། ས་དང་  
པོ་ལ་འཇུག་པའི་ཆེ་དེའི་སྤང་བྱ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་གང་ཟག་དང་ཆོས་ལ་  
ཞེན་པ་དང་། ངན་སོང་བའི་ཉོན་མོངས་པ་སྤོང་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ས་གཞན་  
ལ་ཡང་སྤྱིབ་པ་གཉིས་གཉིས་དང་། ས་བརྩ་གཅིག་པ་ཀྱན་ཏུ་འོད་འཐོབ་པ་

ལ་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ལ་ཆགས་པ་སྤྲོ་མོ་དང་ཐོགས་པ་སྤྲོ་མོ་གཉིས་ཡོད་པ་  
སྤངས་ནས་དེ་ཉིད་ཐོབ་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། བཙུ་གཅིག་པ་ཀྱན་ཏུ་འོད་ནི་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའོ། །དེ་ཡང་ས་དང་པོ་བས་གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་དང་  
ཆོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་སྤངས་ཞེས་མི་བྱ་སྟེ། ཆོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་སྤངས་པ་  
དང་སངས་རྒྱས་པ་དུས་མཉམ་པར་འདོད་པའི་ཕྱིར།

ཐུན་མོང་བའི་སྤང་བྱ་ཡོད་དེ། ཤེས་སྒྲིབ་ལ་གཟུང་འཛིན་གྱི་ནམ་པར་  
ཉོག་པ་བརྒྱ་ཅ་བརྒྱད་དང་། ཉོན་སྒྲིབ་ལ་མཐོང་སྤང་བྱ་བརྒྱད། སྒོམ་སྤང་ལ་  
བཙུ་བྱ་གཉི་ལྔ། བཞི་བརྒྱ་དང་བཙུ་བཞི་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཤེས་སྒྲིབ་ལ་བརྒྱ་  
ཅ་བརྒྱད་དུ་བྱེ་བ་གཉིས་ཡོད་དེ། མཐོང་སྤང་དང་སྒོམ་སྤང་གཉིས་སོ་སོའི་  
དབང་དུ་བྱས་པའི་ཤེས་སྒྲིབ་གཟུང་འཛིན་ནམ་པར་ཉོག་པ་བཞི་པོ་རེ་རེ་ལ་  
ཡང་དགུ་བཞི་སོ་བྱ་སྟེ་ཁམས་གསུམ་ལ་སྒྱུར་བས་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་པ་  
གཉིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཉོན་སྒྲིབ་ལ་མཐོང་སྤང་བྱ་བརྒྱད་དུ་འབྱེད་ཚུལ་ཡོད་  
དེ། འདོད་པའི་སས་བསྐྱས་པའི་སྐྱག་བསྐྱལ་མཐོང་སྤང་བཙུ་དང་། བཙུ་ནི།  
ཉྩ་བ་ལྷ། ཉྩ་མིན་ལྷ་སྟེ། དང་པོ་ནི། འཛིག་ལྷ། མཐར་ལྷ། འོག་ལྷ། ཚུལ་  
ཞུགས་མཆོག་འཛིན་གྱི་ཉྩ་བ། ཉྩ་བ་མཆོག་འཛིན་གྱི་ཉྩ་བ་དང་། ཕྱི་མ་ནི་  
འདོད་ཆགས། ཁོང་ཁོ། ང་རྒྱལ། མ་རིག་པ། ཐེ་ཆོམ་ཉོན་མོངས་ཅན་ནམས་  
ཡིན་ལ། ཀྱན་འགྱུར་འགོག་པ་གཉིས་ལ་འཛིག་ལྷ། མཐར་ལྷ། ཚུལ་ཞུགས་

མཆོག་འཛིན་གྱི་ལྷ་བ་སྟེ་གསུམ་དང་། ལམ་ལ་ལྷ་བ་དང་པོ་གཉིས་ཁོ་ནར་  
དོར་བས་བདེན་བཞི་ལ་རིམ་བཤུར་བཅུ་དང་། བདུན་དང་། བདུན་དང་  
བརྒྱད་དེ་སོ་གཉིས་དང་། གོང་མ་གཉིས་སུ་ཁོང་ཁྱོད་དོར་བས་བདེན་བཞི་ལ་  
རིམ་བཤུར་བཞིན་དགུ་དང་བྱུག་དང་བྱུག་དང་བདུན་ལ་ལོག་པར་འབྲུག་པའི་  
དབང་གིས་སོ་སོར་སྤྱོད་བཞིན་བརྒྱད་པ་ཆོན་པ་གཉིས་ཏེ་བསྒྲུབས་ན་གྲ་  
བརྒྱད་ཡོད་པའི་སྤྱིར། དེ་དག་ལ་མཐོང་སྤང་ཞེས་སྒྲུར་བར་བྱའོ། །

སྒྲོམ་སྤང་བཅུ་བྱུག་ཏུ་འབྲེད་ཚུལ་ཡོད་དེ། འདོད་པའི་སས་བསྐྱུས་  
པའི་འཛིག་ལྷ་མཐར་ལྷ་གཉིས་དང་འདོད་ཆགས་ཁོང་ཁྱོད་རྒྱལ་མ་རིག་པ་  
བྱུག་དང་། དེའི་སྟེང་དུ་ཁམས་གོང་མའི་སས་བསྐྱུས་པའི་ཁོང་ཁྱོད་དོར་བས་  
ལྷ་ལྷ་སྟེ་བཅུ་བསྒྲུབ་པས་བཅུ་བྱུག་ཏུ་འབྲེད་པའི་སྤྱིར། སྒྲོམ་སྤང་བཞི་བརྒྱ་  
བཅུ་བཞིར་འབྲེད་ཚུལ་ཡོད་དེ། དེ་ལ་སས་སྤྱོད་ན་འདོད་པའི་སས་བསྐྱུས་པ་  
བྱུག་བསམ་གཏན་བཞིན་ལྷ་བཞི་ཉི་ཤུ། གཟུགས་མེད་བཞིན་ལྷ་བཞི་ཉི་ཤུ་  
སྟེ་ཞེ་བྱུག་ཡོད་ཀྱང་། ཆེ་འབྲིང་ཆུང་དུ་འགྲོ་ནས་སྤྱོད་ནས་དགུ་པོ་རེ་རེ་ལ་  
ཁོང་ཁྱོད་མ་གཏོགས་པ་ལྷ་ལ་དགུ་དགུར་སྤྱོད་བས་དགུ་དགུ་བརྒྱད་ཅུ་གྲ་  
གཅིག་པ་ལྷ་དང་། འདོད་པའི་ཁོང་ཁྱོད་དགུར་སྤྱོད་བ་བསྒྲུབ་པས་བཞི་བརྒྱ་དང་  
བཅུ་བཞི་ཡོད་པའི་སྤྱིར། དེ་དག་གི་དབྱེ་བ་འབྲུག་ཚུལ་ཞིབ་པར་ནི་ལེགས་  
བཤད་གསེར་བློང་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །བྱུག་པ་ཡོད་དེ། ས་དང་པོར་སྟོང་



གསུམ་འདི་རིན་པོ་ཆེའི་གཏེར་གྱི་བ་ཁྲག་ཁྲིག་བརྒྱ་སྟོང་དུ་མས་གང་བར་  
 མི་བ་ནས། ས་བཅུ་པར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྐུ་གསེར་གྱི་མདོག་ལྷ་བྱ་  
 ལ་ཆངས་པ་གྱི་བ་ཁྲག་ཁྲིག་བརྒྱ་སྟོང་དུ་མས་བསྐྱོར་བར་མི་བའི་བར་  
 གསེར་འོད་ནས་བཤད་པ་ལྟར་འབྱུང་བའི་བྱིད།

### ས་ཡི་ཡོངས་སྒྱུད།

༥ གཉིས་པས་སོ་སོའི་ཡོངས་སྒྱུད་གྱི་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་ལ་བཅུ་ལས།  
 དང་པོ་ས་དང་པོ་ནི། ཡོངས་སྐུ་སྒྱུད་བ་རྣམ་བཅུ་ཡིས། །ཞེས་བ་ནས། ཡོངས་  
 སྐུ་སྒྱུད་བར་ཤེས་པར་བྱ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས་ཏེ། དེའི་དོན་འགྲེལ་  
 པར། རིམ་བ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་གཞི་ཐམས་ཅད་ལ་གྱུ་གྱུ་མེད་པའི་བསམ་བ་  
 དང་། ཞེས་བ་ནས། ས་དང་པོ་རབ་ཏུ་དགའ་བ་འཛོལ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་  
 བར་གསུངས་ལ། དེ་དག་གང་ལས་འཕྲོས་པ་ཡོད་དེ། མདོ་ལས། ས་དང་པོ་  
 ལ་གནས་པའི་བསམ་བས་ཡོངས་སྐུ་སྒྱུད་བ་གང་ལགས། །ཞེས་བ་ནས།  
 འདི་ནི་བདེན་པའི་ཆོག་ཡོངས་སྐུ་སྒྱུད་བའོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས་པ་  
 ལས་འཕྲོས་པའི་བྱིད།

འདིའི་སྐབས་སྐུ་རྩ་བའི་ཆོག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པ་གཉིས་ལས་  
 དང་པོ་ནི། ས་དང་པོ་རབ་ཏུ་དགའ་བ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་འཛོལ་བར་འགྱུར་བའི་  
 ཐབས་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། འཆད་པར་འགྱུར་བ་ལྟར་ཡོངས་སྐུ་སྒྱུད་བ་རྣམ་

བཅུ་ལྔ་ལྷན་སྐྱེས་པས་འཕྲོ་བ་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། ཡོངས་སྤྱོད་བཅུ་  
 ཡོད་དེ། གཡོ་སྤྱོད་སོགས་མེད་པའི་བསམ་པ་དང་། རང་གཞན་གྱི་དོན་སྤྱོད་  
 པ་ལ་ཕན་པའི་དངོས་པོ་ཉིད་དང་། སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཆད་མེད་བཞིའི་སྒོ་  
 རྣམ་སེམས་མཉམ་པ་ཉིད་དང་། སེར་སྒྲ་མེད་པར་དགེ་ཅ་གཞན་ལ་གཏོང་བ་  
 དང་། དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པ་དང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྡེ་སྤྱོད་  
 སོགས་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་དམིགས་པ་འཆོལ་བ་དང་། ཏྲག་ཏུ་ངེས་པར་འབྱུང་  
 བའི་སེམས་དང་བཅས་པ་ཉིད་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱོད་འཕྲོ་བ་པར་འདོད་པ་  
 ལ་དགའ་བ་དང་། ཆོས་སྟོན་པ་ལ་དཔེ་འབྱུང་མེད་པར་གྱུར་པ་དང་། ཆིག་  
 ཐམས་ཅད་བདེན་པར་སྤྱོད་པའི་ས་དང་པོའི་ཡོངས་སྤྱོད་ནི་བཅུ་བ་ཡིན་པར་  
 འདོད་པའི་ཕྱིར། ཡོངས་སྤྱོད་འདི་དག་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་ས་དང་པོ་ཡོངས་  
 སྤྱོད་བར་བྱེད་པའི་ཚུལ་ཡོད་དེ། སྤྱོད་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་འཁོར་གསུམ་དོན་  
 དམ་པར་རང་བཞིན་མི་དམིགས་པར་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བེན་པའི་  
 སྒོ་རྣམས་ཡོངས་སྤྱོད་བར་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ་ཁ་ཅིག་ས་དང་  
 པོའི་སྤྱོད་བཅུ་ཅིང་ཡོན་ཏན་རྫོགས་པའི་ཡོན་ཏན། ས་དང་པོའི་ཡོངས་སྤྱོད་  
 གི་མཆན་ཉིད་བེར་ན། རྣམ་མཁྱེན་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ། མཆན་  
 ཉིད་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྤྱོད་མཐའ་དག་བཅུ་ཅིང་ཡོན་ཏན་མཐའ་དག་

རྩོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ས་དང་པོའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན་སྒྲ། ཁ་ཅིག་ས་དང་པོའི་ཡེ་ཤེས་དེས། ས་དང་པོའི་སྐྱོན་ཟད་ཅིང་ཡོན་ཏན་རྩོགས་པ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ས་དང་པོའི་ཡེ་ཤེས་དེས་ས་དང་པོའི་ངོས་སྒྲལ་གྱི་སྐྱོན་མ་ཟད་པ་གང་ཞིག་དེའི་ཡོན་ཏན་མ་རྩོགས་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། ས་དང་པོའི་ངོས་སྒྲལ་གྱི་སྐྱབ་པ་སྐྱངས་པ་དང་ས་གཉིས་པ་འཐོབ་པ་དུས་མཉམ་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་དེར་ཐལ། ས་དང་པོའི་ཡོངས་སྦྱང་མ་རྩོགས་པའི་ས་དང་པོའི་ཡེ་ཤེས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་བཞད་ལས། ཡོངས་སྦྱང་གི་ཆོས་སོ་སོར་ངེ་སྲིད་མ་རྩོགས་པ་དེ་སྲིད་དུ་དེ་ཡིན་ལ། རྩོགས་ནས་ནི་ས་གཞན་དུ་འཕོས་པ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

རང་ལུགས་ལ། ས་དང་པོའི་སྐྱོན་སེལ་ཞིང་ཡོན་ཏན་རྩོགས་པར་བྱེད་པའི་བྱེད་ལས་གཙོ་བོར་ལྟན་པའི་རིགས་སུ་གནས་པའི་ས་དང་པོའི་ཡོན་ཏན། ས་དང་པོའི་ཡོངས་སྦྱང་གི་མཆན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན་སྒྲར་བཞད་པ་ལྟར་བཙུའོ། །

ཚུད་པ་སྦྱང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་ས་དང་པོ་བའི་རྒྱུད་ཀྱི་འགོག་བདེན་ཆོས་ཅན། ས་དང་པོའི་ཡོངས་སྦྱང་ཡིན་པར་ཐལ། མཆན་ཉིད་དེའི་ཕྱིར། དེར་

ཐལ། ས་དང་པོའི་སྒྲོན་སེལ་ཞིང་ཡོན་ཏན་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་གང་ཞིག ས་  
དང་པོའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པའི་བྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། བྱི་མ་དེར་ཐལ། ས་དང་  
པོའི་སྤངས་རྫོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གང་རུང་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁོ་ན་རེ། དེ་ས་དང་  
པོ་བའི་རྒྱད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡིན་ཀྱང་ས་དང་པོའི་ཡོན་ཏན་མ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་  
ཡང་མི་འཐད་པར་ཐལ། ས་དང་པོའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་ན། ས་དང་པོ་ཡིན་དགོས་  
ན། ས་དང་པོ་བའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་ན། ས་དང་པོ་བ་ཡིན་དགོས་པར་འགྱུར་  
བའི་བྱིར། དེ་བཞིན་དུ་གཞན་རྣམས་ལ་ཡང་སྒྱུར་རོ། །གཞན་ཡང་། ས་དང་  
པོ་འདིའི་ཡོངས་སྦྱང་གི་སྐབས་སུ་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པའི་ཡོངས་སྦྱང་  
བཤད་པ་ལྟ་བུ་ནི། དེའི་ཡོངས་སྦྱང་ལ་དེ་འདྲ་བ་ཞིག་འཛོག་པའི་དོན་ཡིན་  
ཀྱི། དེ་ཕན་ཆད་དུ་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་མི་དགོས་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ས་  
གསུམ་པའི་སྐབས་སུ། ཐོས་པས་མི་ངོམས་ཉིད་དང་ནི། ཞེས་བཤེས་གཉེན་  
བསྟེན་ནས་ཐོས་པ་འཆོལ་དགོས་པར་བཤད་པའི་བྱིར། དེས་གཞན་མཆོན་  
ནོ། །སྒྲར་བཤད་པའི་སའི་ཡོན་ཏན་དེ་དག་དང་ཡོངས་སྦྱང་རྣམས་ཀྱང་ཁ་  
ཅིག་བྱང་སེམས་དེ་དག་གིས་སོ་སོ་ཐོབ་པ་དང་དུས་མཉམ་དུ་མཉམ་གཞག་  
གི་ཆེ་ཐོབ་པར་འདོད་ཀྱང་། དེར་མ་ངེས་ཏེ། འགའ་ཞིག་གིས་ནི་མཉམ་  
གཞག་དང་། པལ་ཆར་རྗེས་ཐོབ་ཀྱི་གནས་སྐབས་སུ་ཐོབ་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་ས་གཉིས་པ་ནི།      ཚུལ་བླིམས་བྱས་པ་གཞོ་དང་བཞོད། །

ཅེས་སོགས་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་གཅིག་གསུངས་ཏེ། དེའི་དོན་འབྲེལ་པ་  
ལས། དགོ་བའི་ཆོས་དང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱ་བ་དང་། ཞེས་པ་ནས། རྣམ་  
པ་བརྒྱད་ཀྱིས་ས་རྒྱུ་མེད་པ་འཛོལ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས།  
གང་ལས་འཕྲོས་པ་ནི། མདོ་ལས།

ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམ་པར་དག་པ་གང་ཞེ་ན། ཉན་རང་གི་སེམས་ཡིད་ལ་  
མི་བྱེད་པ་དང་། ཞེས་པ་ནས། འདི་ནི་པ་རོལ་བྱིན་པ་རྣམས་ལ་བཙོན་ཞིང་  
འཆོལ་བའོ། །ཞེས་པའི་བར་ལས་འཕྲོས་སོ། །འདིའི་སྐབས་སུ་ཆོག་དོན་ནི།  
ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། ས་གཉིས་པའི་ཡོངས་སྤྱོད་དེ་ལ་བརྒྱད་ཡོད་དེ། ཚུལ་  
ཁྲིམས་ཀྱི་པར་བྱིན་ལྷག་པར་ཐོབ་པའི་ས་གཉིས་པའི་ཡོངས་སྤྱོད་དང་།  
བྱས་པ་གཞོ་བ་དང་། གཞོད་པ་ལ་བཞོད་པ་དང་། དགོ་བ་སྐྱབ་རབ་ཏུ་དགའ་  
བ་དང་། གཞན་ལ་སྤྱོད་བཅེ་ཆེ་བ་དང་། མཁན་སློབ་སོགས་ལ་བཀྱར་སྤྱོད་  
བྱེད་པ་དང་། ལྷ་མ་ལ་གྲུས་པར་ཆོས་ཉན་པ་དང་། བརྒྱད་པ་སྤྱིན་པ་ལ་  
སོགས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ལ་བཙོན་པས་བྱེད་པར་དུ་བྱས་པའི་ས་གཉིས་པའི་  
ཡོངས་སྤྱོད་རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་བྱིར། ཡོན་ཏན་གཞན་ནི་སྤྱར་བ་འད་ཟེན་པ་  
ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །

༥ གསུམ་པ་ས་གསུམ་པ་ནི། ཐོས་པས་མི་ངོམས་ཉིད་དང་ནི། ཞེས་  
པ་ནས། རྣོམ་མེད་བདག་ཉིད་དེ་རྣམ་ལྔ། ཞེས་པའི་བར་གསུངས་ཏེ། དེའི་



དོན་འགྲེལ་པ་ལས། དམ་པའི་ཆོས་ཉན་པས་ངོམས་མི་ཤེས་པ་དང་། ཞེས་  
པ་ནས། ཡོངས་སུ་སྦྱོང་བ་བྱས་པས་ས་གསུམ་པ་འོད་བྱེད་པ་རྟོགས་པ་  
ཡིན་ནོ། ཞེས་པའི་བར་གསུངས་ལ། གང་ལས་འཕྲོས་པ་ནི། བྱང་ཆེན་ས་  
གསུམ་པ་ལ་གནས་པས་ཆོས་ལྡེ་ལ་གནས་པར་བྱ་སྟེ། ལྡེ་གང་ཞེ་ན། མང་དུ་  
ཐོས་པས་མི་ངོམས་ཤིང་། ཞེས་སོགས་ལས་འཕྲོས་སོ། །འདིའི་སྐབས་སུ་  
ཙ་བའི་ཆོག་དོན་ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། ས་གསུམ་པའི་ཡོངས་སྦྱོང་དེ་ལ་  
ནམ་ལྡེ་ཡོད་དེ། དམ་པའི་ཆོས་མང་དུ་ཐོས་པས་མི་ངོམས་པ་ཉིད་ཀྱི་ས་  
གསུམ་པའི་ཡོངས་སྦྱོང་དང་། ཉོན་མོངས་པའི་བྱང་བྱང་མེད་པར་ཆོས་ཀྱི་  
སྦྱིན་པ་དང་། རང་ཉིད་གང་དུ་འཁོར་རྒྱ་བའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་ཀུན་སྦྱོང་  
བ་དང་། འཁོར་བའི་འགྲོ་བས་པན་ལན་དུ་གཞོད་པ་བྱེད་ཀྱང་དེའི་དོན་བྱེད་  
པ་ལས་ཡོངས་སུ་མི་སྦྱོ་བ་དང་། སྤྲིག་པ་ལ་རང་གཞན་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་  
ནས་འཛེམ་པའི་ངོ་ཆ་ཁྲིལ་ཡོད་ཅེས་བྱ་བའི་ས་གསུམ་པའི་ཡོངས་སྦྱོང་སྟེ་  
ལྡེ་ཡོད་ལ། དེ་ནམས་ཀུན་རྫོབ་ཅམ་མ་གཏོགས་བདེན་པར་རྫོམ་པ་མེད་  
པར་བདེན་མེད་དུ་རྟོགས་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟིན་པའི་  
སྟོན་ས་སྦྱོང་དགོས་པའི་བྱིར།

བཞི་པ་ས་བཞི་པ་ནི། རྒྱལ་ས་གནས་འདོད་ཆུང་ཆོག་ཤེས་དང་། །  
ཞེས་པ་ནས། མི་ཁྱུ་པ་དང་ལྟ་བ་མེད། །ཅེས་པའི་བར་གསུངས་ཏེ། དེའི་

དོན་འགྲེལ་པ་ལས། དགོན་པར་གནས་པ་དང་། རྟེན་པ་མ་ཐོབ་པ་ལ་མངོན་  
པར་འདོད་པ་མེད་པ་དང་། ཞེས་པ་ནས། རྣམ་པ་བརྩས་ས་བཞི་པ་འོད་འཕྲོ་  
བ་ཅན་གཞོན་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས་ལ། གང་ལས་འཕྲོས་པ་  
ནི། མདོ་ལས། བྱང་ཆེན་ས་བཞི་པ་ལ་གནས་པས་ཆོས་བརྩ་པོ་འདི་དག་  
ཡོངས་སུ་བཏང་བར་མི་བྱའོ། །བརྩ་གང་ཞེ་ན། འདི་ལྟ་སྟེ། དགོན་པ་ན་གནས་  
པ་དང་། ཞེས་སོགས་ལས་འཕྲོས་སོ། །

འདིའི་སྐབས་སུ་རྩ་བའི་ཆོག་དོན་ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། ས་བཞི་པ་  
ལ་ཡོངས་སྤྱོད་བརྩ་ཡོད་དེ། ཉན་རང་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་བསམ་པས་དབེན་པའི་  
ནགས་ན་གནས་པའི་ས་བཞི་པའི་ཡོངས་སྤྱོད་དང་། ཟས་གོས་སོགས་ཀྱི་  
ཆེད་དུ་གཉེར་བ་མེད་པའི་འདོད་པ་ཆུང་བ་དང་། ཟས་གོས་བཟང་པོ་ལ་སྤེད་  
པ་མེད་པའི་ཆོག་ཤེས་པ་དང་། སྤངས་པའི་ཡོན་ཏན་བརྩ་གཉིས་ཀྱི་ཆོགས་  
ཡང་དག་པར་སྤངས་པའི་སྡོམ་པ་བརྟན་པ་དང་། བསྐྱབ་པ་ཁས་སྤངས་པ་  
ཡོངས་སུ་མི་གཏོང་བ་དང་། འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་ལ་ཆགས་པ་སྦྱོད་པ་  
སྟེ་སྦྱོང་བ་དང་། གཞན་སྤངས་ལས་འདས་པ་ལ་འགོད་པ་དང་། བདོག་པའི་  
དངོས་པོ་ཀུན་གཏོང་བ་དང་། རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་སྦྱོང་པ་ལ་མི་ཁྱམ་པའི་སྦྱོ་བ་  
དང་། དེ་རྣམས་བདེན་གྲུབ་ཏུ་ལྟ་བུ་ཞེན་པ་མེད་པའི་ས་བཞི་པའི་ཡོངས་  
སྤྱོད་རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་བྱིད།

ལྷ་པ་ས་ལྷ་པ་ནི། འདིས་དང་བྲིམ་ལ་འབྲེན་པ་དང་། །ཞེས་པ་ནས།  
ས་ལྷ་པ་ནི་ཡང་དག་འཛོལ། །ཅེས་པའི་བར་གསུངས་ཏེ། དེའི་དོན་དེ་འགྲེལ་  
པ་ལས། རྟེན་པ་ལ་སོགས་པའི་དོན་དུ་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ལ་སོགས་པ་དང་  
འགྲོགས་པ་དང་། ཞེས་པ་ནས། ས་ལྷ་པ་སྐྱུངས་དགའ་བ་འཛོལ་བ་ཡིན་ནོ་  
ཞེས་པའི་བར་གསུངས་ལ། གང་ལས་འཕྲོས་པ་ནི། མདོ་ལས། བྱང་ཆེན་ས་  
ལྷ་པ་ལ་གནས་པས་ཆོས་བརྩ་པོ་འདི་དག་ཡོངས་སུ་སྤང་བར་བྱ་སྟེ། བརྩ་  
གང་ཞེ་ན། བྲིམ་པ་དང་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལས་འཕྲོས་  
སོ། །འདིའི་སྐབས་སུ་རྩ་བའི་ཆོག་དོན་ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན།

ས་ལྷ་པ་ལ་ཡོངས་སྤྱོད་བརྩ་ཡོད་དེ། རྟེན་བཀྱར་གྱི་ཆེད་དུ་བྲིམ་པ་  
སོགས་ལ་འགྲོགས་འདིས་བྱེད་པ་སྤྱོད་བའི་ས་ལྷ་པའི་ཡོངས་སྤྱོད་དང་།  
བྲིམ་ལ་འབྲེན་པའི་རྒྱུན་གྱིས་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་གཞན་ལ་དད་པ་ཅན་གྱི་བྲིམ་  
དེས་ཀྱང་མི་སྟོན་པ་སྤྱོད་བ་དང་། རྟེན་བཀྱར་གྱི་ཆེད་དུ་འདྲི་རྒྱུར་པའི་གནས་  
སྤྱོད་བ་དང་། རྟེན་བཀྱར་གྱི་ཆེད་དུ་བདག་ལ་བསྟོད་ཅིང་གཞན་ལ་བརྩས་པ་  
སྤྱོད་བ་གཉིས་དང་། མི་དགེ་བའི་ལས་ཀྱི་ལམ་བརྩ་སྤྱོད་བ་དང་། ང་རྒྱལ་  
གྱིས་སེམས་རྩོམ་པས་ཁེངས་པ་སྤྱོད་བ་དང་། དགེ་སྤྲིག་ལ་སྤང་དོར་ཕྱིན་ཅི་  
ལོག་ཏུ་བྱེད་པ་སྤྱོད་བ་དང་། རྩོམ་འདིག་ལྟ་སོགས་སྤྱོད་བ་དང་། ཉོན་  
མོངས་པའི་སྤྱོགས་ལ་བཟོད་པ་སྟེ་དང་དུ་ལེན་པ་སྤྱོད་བའི་ས་ལྷ་པའི་ཡོངས་

སྐྱོང་རྣམས་སྲུ་ཡོད་པའི་བྱིར།   ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན།   འདྲིས་པ་སོགས་མི་  
མ་ཐུན་སྐྱོགས་སྤར་བ་ཤད་པའི་བརྩ་པོ་འདི་ནི་སྐྱོང་བྱེད་རྣམ་པ་བརྩས་  
སྐྱངས་ཏེ་རྣམ་པར་སྤངས་ན་ས་ལྗེ་པ་ནི་ཡང་དག་པར་འཛོལ་པར་འགྱུར་བ་  
ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་སྐྱངས་པས་དེའི་ཡོན་ཏན་རྫོགས་པར་བྱེད་པའི་བྱིར།

ཐུག་པ་ས་ཐུག་པ་ནི། སྦྱིན་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་བཟོད་བཅོམ་འགྲུས། །  
 ཞེས་པ་ནས། ས་ནི་ཐུག་པ་ཡང་དག་འཛོལ། །ཅེས་པའི་བར་གསུངས་ཏེ།  
 དེའི་དོན་ནི་འགྲེལ་པ་ལས། བ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ཐུག་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པས་  
 ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་ལ་འདོད་པ་དང་། ཞེས་པ་ནས། ས་ཐུག་པ་  
 མངོན་དུ་གྱུར་པ་ཀུན་ཤེས་པར་འགྱུར་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས་  
 ལ། གང་ལས་འཕྲོས་པ་ནི། མདོ་ལས། ས་ཐུག་པ་ལ་གནས་པས་ཆོས་ཐུག་  
 ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟ་སྟེ། བ་རོལ་ཏུ་བྱིར་པ་ཐུག་གོ །ཞེས་  
 སོགས་གསུངས་པ་ལས་འཕྲོས་སོ། །

འདིའི་སྐབས་སུ་རྩ་བའི་ཆིག་དོན་ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། ས་དྲག་པ་  
ལ་ཡོངས་སྦྱོང་བཅུ་གཉིས་ཡོད་དེ། སྦྱིན་སོགས་དྲག་དང་སྤང་བྱ་དྲག་སྦྱར་  
ནས་སྦྱོང་ཞིང་། དེ་ཡང་སྦྱིན་བའི་ཉམས་ལེན་གྱིས་སྦོབ་མ་ཉན་ཐོས་གི་བྱང་  
ཆུབ་ལ་དགའ་བ་སྤངས་པ་དང་། རང་དོན་ཡིད་བྱེད་གི་བསམ་པ་སྦོང་བའི་  
ཚུལ་ཁྲིམས་གི་བསེ་རུ་རང་རྒྱལ་གི་བྱང་ཆུབ་ལ་དགའ་བའི་སེམས་སྤངས་

པ་དང་། སྟོང་ཉིད་ལ་མི་སྐྱག་པའི་བཟོད་པས་ཟབ་མོ་སྟོང་པ་ཉིད་གྱི་དོན་ལ་  
 སྐྱག་པའི་སེམས་སྤངས་པ་དང་། སྤྱིན་པ་ལ་སྟོབ་པའི་བཙོན་འགྲུས་གྱིས་སྟོང་  
 བ་པོས་སྤྱིན་པ་བསྤངས་ན་སེམས་མི་ཁྱུ་པ་དང་། སྤྱིན་པ་ཡེ་ཤེས་ཅེ་  
 གཅིག་པའི་བསམ་གཏན་གྱིས་སྤྱིན་པ་གི་བདོག་པ་ཀྱན་བཏང་ཡང་སེམས་  
 འགྲོད་པའི་མི་དགའ་བ་མེད་པ་དང་། སྤྱིན་པའི་པན་ཡོན་རྟོགས་པའི་ཤེས་  
 རབ་རབ་ཏུ་རྟོགས་པ་སྟེ་སྐྱག་པས་དེ་སྟོང་བཏང་བའི་མཐར་རང་ཉིད་དབྱལ་  
 ཡང་། སྟོང་བ་པོའི་སྤྱི་བོ་མི་སྟོང་བར་བསྐབས་པས་ས་ནི་དྲུག་པ་ཡང་དག་  
 པར་འཐོབ་པར་འགྱུར་བའི་བྱིར། དེ་ཡང་བསྟོམས་ན་དྲུག་དང་། སྤང་གཉིན་  
 སོ་སོར་སྤྱི་ན་བཅུ་གཉིས་སོ།།

བདུན་པ་ས་བདུན་པ་ནི། བདག་དང་སེམས་ཅན་འཇིན་པ་དང་། ཞེས་  
 པ་ནས། །དེ་ཡིས་ས་ནི་བདུན་པ་འཐོབ། །ཅེས་པའི་བར་གསུངས་ཏེ། དེའི་  
 དོན་ནི་འགྲེལ་པ་ལས། བདག་དང་སེམས་ཅན་དང་སྟོག་དང་ཞེས་པ་ནས།  
 ས་བདུན་པ་རིང་དུ་སོང་བ་ཀྱན་ཤེས་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་  
 གྱིར་ཡོངས་སྟོང་གི་སྤང་བྱ་ཉི་ཤུ་དང་། ཡང་ཅ་བར། རྣམ་ཐར་སྟོག་གསུམ་  
 ཤེས་པ་དང་། །ཞེས་པ་ནས། སྟོན་པ་ཉིད་དང་ཉི་ཤུ་ལོ། །ཞེས་པའི་བར་  
 གསུངས་ཤིང་། དེའི་དོན་འགྲེལ་པ་ལས། རྣམ་པར་ཐར་པའི་སྟོག་སྟོང་པ་ཉིད་  
 དང་། ཞེས་པ་ནས། ས་བདུན་པ་རྟོགས་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །



ཞེས་པའི་བར་གྱིས་གཉིན་པོ་ཡོངས་སྒྲོང་ནི་ཤུ་བརྟན་ཏོ། །གང་ལས་  
འཕྲོས་པ་ནི། མདོ་ལས། བྱང་ཆེན་ས་བདུན་པ་ལ་གནས་པ་ལ་ཆོས་ནི་ཤུ་  
འབྲུང་སྟེ། ཉི་ཤུ་གང་ཞེ་ན།

བདག་ཏུ་འཛིན་དང་། ཞེས་སོགས་དང་། ས་བདུན་པ་ལ་གནས་པས་  
ཆོས་ནི་ཤུ་པོ་འདི་དག་ཉིད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱ་སྟེ། ཞེས་སོགས་  
གཉིས་གྱིས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་སྤང་བྱ་དང་གཉིན་པོ་བརྟན་པ་ལས་འཕྲོས་  
སོ། །འདིའི་སྐབས་སུ་རྩ་བའི་ཆོག་དོན་བཤད་པ་ལ་གཉིས། སྤང་བྱ་ནི་ཤུ་  
སྒྲོང་བ་དང་། གཉིན་པོ་ནི་ཤུ་བརྟན་པ་ལོ། །དང་པོ་ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། ས་  
བདུན་པའི་ཡོངས་སྒྲོང་དེ་ལ་སྤང་བྱ་སྒྲོང་ཚུལ་གྱིས་བཞག་པ་ནི་ཤུ་ཡོད་དེ།  
གང་ཟག་གི་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་དང་། སེམས་ཅན་དུ་བདེན་པར་འཛིན་པ་  
མདོན་འགྱུར་བ་ཅི་རིགས་དང་། དེ་བཞིན་དུ་སློག་དང་། རང་དབང་ཅན་གྱི་  
གང་ཟག་དང་།

སེམས་ཅན་ཆད་པ་དང་། སེམས་ཅན་ཉྱག་པ་དང་། སྤང་དོར་གྱི་  
མཆན་མར་བདེན་པར་འཛིན་པ་དང་མཐར་ཐུག་པའི་རྒྱ་རིགས་མི་འདྲ་བ་  
གསུམ་དུ་འཛིན་པ་དང་སྤང་པོ་བདེན་པར་འཛིན་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་  
ཁམས་དང་། སྐྱེ་མཆེད་དག་དང་། ཁམས་གསུམ་ལ་གནས་བརྒྱད་དང་། དེ་  
ལ་དོར་བྱར་བདེན་པར་ཆགས་པ་སྟེ་འཛིན་པ་དང་། གོང་སའི་བྱད་པར་ཐོབ་

དཀའ་ལྷོ་སྒྲུབ་དུ་སེམས་ནི་ཀུན་ཏུ་ཞུས་པ་དང་། སངས་རྒྱས་དང་། ཆོས་དང་།  
དགེ་འདུན་ཏེ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་པོ་རེ་རེ་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་དེར་བདེན་  
པར་སྟོབ་པའི་མདོན་ཞེན་དང་།     སྟོང་པ་ཉིད་ལ་བྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་ཚོད་པ་དང་།  
བདེན་པས་སྟོང་པ་དེ་དང་ཀུན་རྫོབ་འགལ་བར་འཛིན་པའི་ཉེས་པ་ནི་ཉི་ཤུ་  
པོ་དེ་རྣམས་གང་ལ་རྣམ་པར་ཆད་པའི་བྱང་སེམས་དེ་ཡིས་ས་བདུན་པ་ཐོབ་  
པར་བྱེད་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་ལ་གཉིན་པོའི་ཡོངས་སྟོང་ཉི་ཤུ་ཡོད་དེ། དེ་ཡང་སྒར་བཤའ་  
པའི་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་སོགས་ཀྱི་གཉིན་པོར་རིམ་པ་བཞིན་དུ་སྒྱར་ན། རྣམ་  
པར་ཐར་པའི་སྒྲོ་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། མཆོན་མ་མེད་པ་དང་། སྒྲོན་པ་མེད་པ་  
གསུམ་ཤེས་པས་བདག་དང་སེམས་ཅན་དང་སྟོག་ཏུ་འཛིན་པ་གསུམ་སྟོང་  
བ་དང་། དགེ་བ་བཅུའི་འཁོར་གསུམ་ལ་བདེན་པར་ཞེན་པ་མེད་པའི་རྣམ་  
པར་དག་པ་ཉིད་ཀྱིས་རང་དབང་ཅན་གྱི་གང་ཟག་གཅིག་ཏུ་འཛིན་པ་སྟོང་བ་  
དང་། སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་པའི་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོས་སེམས་ཅན་ཆད་པར་  
འཛིན་པ་སྟོང་བ་དང་། བདེན་གྲུབ་ཏུ་རྫོམ་པ་མེད་པ་རྟོགས་པས་འཛིག་རྟེན་  
རྟག་པར་འཛིན་པ་སྟོང་བ་དང་། འཁོར་འདས་ཀྱི་ཆོས་བདེན་སྟོང་མཉམ་པ་  
ཉིད་དུ་རྟོགས་པས་སྒྲང་དོར་མཆོན་མར་འཛིན་པ་སྟོང་བ་དང་། མཐར་ཐུག་  
ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཚུལ་གཅིག་ཏུ་ཤེས་པས་རྒྱ་རིགས་མི་འདྲ་བ་གསུམ་དུ་

འཛིན་པ་སྤྲོད་བ་དང་། འདུས་བྱས་རྣམས་དོན་དམ་པར་མེད་པར་རྟོགས་  
 པས་ཡུང་པོ་བདེན་པར་འཛིན་པ་སྤྲོད་བ་དང་། སྤྲོད་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་ཟབ་མོ་ལ་  
 བཟོད་པ་ཤེས་པ་དང་ལྡན་པས་ཁམས་གསུམ་བདེན་པར་འཛིན་པ་སྤྲོད་བ་  
 དང་། ཆོས་རྣམས་བདེན་མེད་ཀྱི་རྣམ་པ་གཅིག་ཏུ་སྟོན་པས་སྐྱེ་མཆེད་དུ་  
 བདེན་པར་འཛིན་པ་སྤྲོད་བ་དང་། བདེན་འཛིན་ཀྱི་རྟོག་པ་ཀྱུན་ཏུ་མེད་པར་  
 འཇོམས་པས་ཁམས་གསུམ་ལ་གནས་བྱར་བདེན་པར་འཛིན་པ་སྤྲོད་བ་  
 དང་། གཙང་བདེ་སོགས་ཚུལ་མིན་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་འདུ་ཤེས་དང་ལྟ་བ་ལྔ་དང་།  
 ཆགས་སོགས་ཀྱི་ཉོན་མོངས་སྤྲོད་བས་ཁམས་གསུམ་དོར་བྱར་བདེན་པར་  
 འཛིན་པ་སྤྲོད་བ་དང་། ཞི་གནས་ངེས་པར་སེམས་ཤིང་བསྐྱོམས་པས་  
 སེམས་ཞུམ་པ་སྤྲོད་བ་དང་། ལྷག་མཐོང་ལ་ནི་མཁས་པས་སངས་རྒྱས་དང་།  
 སེམས་དུལ་བས་ཆོས་དང་། ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་ཐོགས་པ་མེད་པའི་ཡེ་  
 ཤེས་དང་ལྡན་པས་དག་འདུན་ལ་བདེན་པར་འཛིན་པ་སྤྲོད་བ་སྟེ་སོ་སོར་སྤྱེ་  
 བ་གསུམ་དང་། གང་ལ་ཡང་བདེན་པར་ཆགས་པའི་ས་མ་ཡིན་པར་རྟོགས་  
 པས་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་བདེན་ཞེན་སྤྲོད་བ་དང་། ཆོས་ཀྱི་དོན་དུ་གང་འདོད་པར་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་གཞན་དུ་ནི་དུས་མཉམ་དུ་འགོ་བས་སྤྲོད་པ་ཉིད་ལ་ཚུད་  
 པ་སྤྲོད་བ་དང་། གདུལ་བྱའི་དོན་དུ་ཀྱུན་ཏུ་སྟེ་འཁོར་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་ཐམས་  
 ཅད་དུ་བདག་གི་ལུས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་རབ་ཏུ་སྟོན་པ་ཉིད་དང་ཉི་ཤུ་ཡོད་པའི་

ཕྱིར། སྤང་བྱ་དེ་དག་སྤངས་པ་ནི་སྤྲུལ་ཟེན་ལྟར་མི་བྱེད་དེ། སྐབས་འདིར་  
དམན་ལམ་སྒྲོན་དུ་མ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་འཕགས་པས། བདེན་འཛིན་  
དང་ཉོན་མོངས་སྤངས་པ་དང་སངས་རྒྱས་པ་དུས་མཉམ་པར་བཞེད་པའི་  
ཕྱིར། དེས་ན་དེ་དག་ཅི་རིགས་པ་སྤངས་པ་ལ་དགོངས་སོ། །

བརྒྱད་པ་ས་བརྒྱད་པ་ནི། སེམས་ཅན་ཀུན་ཡིད་ཤེས་པ་དང་། ཞེས་  
པ་ནས། །ལས་ནི་རྣམ་པ་འདི་བརྒྱད་བཤའ། །ཅེས་པའི་བར་གསུངས་ཏེ།  
དེའི་དོན་ནི་འགྲེལ་པ་ལས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་སྦྱོད་པ་རི་  
ལྟ་བ་བཞིན་ཤེས་པ་དང་། ཞེས་པ་ནས། ས་བརྒྱད་པ་མི་གཡོ་བ་ཉམས་སུ་  
སྦྱོང་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས་ལ། གང་ལས་འཕྲོས་པ་  
ནི། མདོ་ལས། བྱང་ཆེན་ས་བརྒྱད་པ་ལ་གནས་པས་ཆོས་བཞི་པོ་འདི་དག་  
ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱ་སྟེ། བཞི་གང་ཞེ་ན། ཞེས་སོགས་དང་། གཞན་  
ཡང་། ཆོས་བཞི་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱ་སྟེ། ཞེས་སོགས་ལས་འཕྲོས་  
སོ། །འདིའི་སྐབས་སུ་རྩ་བའི་ཆོག་དོན་ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། ས་བརྒྱད་  
པའི་ཡོངས་སྦྱོང་གི་ལས་ནི་རྣམ་པ་འདི་བརྒྱད་དུ་བཤའ་བ་ཡིན་ཏེ། སེམས་  
ཅན་གཅིག་གིས་སེམས་ཅན་ཀུན་ཀྱི་ཡིད་ཀྱི་སྦྱོད་པ་བཟང་ངན་ཤེས་པ་  
དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་རྣམས་སུ་རྩ་འབྲུལ་གྱིས་མདོན་པར་ཤེས་པས་  
བཅེ་བ་དང་། རང་གང་དུ་འཆང་རྒྱ་འགྱུར་གྱི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་བཟང་པོ་

སྐྱབ་པ་དང་། ཆོས་ཀྱི་ཆོག་དོན་ཡོངས་སུ་བརྟག་པའི་ཕྱིར་དུ་སངས་རྒྱལ་  
བརྟན་པ་དང་། ལྷའི་མིག་གིས་གདུལ་བྱའི་སེམས་ཅན་གྱི་དབང་པོ་ནི་རྣལ་  
ཤེས་པ་དང་། རྣལ་བའི་ཞིང་གི་སེམས་ཅན་གྱི་ཉོན་མོངས་སྦྱོང་བ་དང་། དེ་  
ཐམས་ཅད་བདེན་སྟོང་སྒྲུ་མ་ལྟ་བུར་བལྟ་བ་ལ་གནས་པ་དང་། སེམས་ཅན་  
གྱི་དོན་དུ་བསམ་བཞིན་དུ་སྤྲོད་པར་སྦྱོར་བ་ལེན་པ་དང་བརྒྱུད་ནམས་སུ་  
བཤམ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དགྲུ་པ་ས་དགྲུ་པ་ནི། སྟོན་ལམ་དག་ནི་མཐའ་ཡས་  
དང་། །ཞེས་པ་ནས། ཡོན་ཏན་སྤུན་སུམ་ཆོགས་པ་ཡིན། །ཞེས་པའི་བར་  
གསུངས་ཏེ། དེའི་དོན་ནི་འགྲེལ་པ་ལས། སྟོན་ལམ་མཐའ་ཡས་པ་དང་ཞེས་  
པ་ནས། ས་དགྲུ་པ་ལེགས་པའི་སྟོན་གྲོས་མདོན་དུ་བྱེད་པ་ཡིན་ནི་ཞེས་པའི་  
བར་གསུངས་ལ། གང་ལས་འཕྲོས་པ་ནི། མདོ་ལས། བྱང་ཆེན་ས་དགྲུ་པ་ལ་  
གནས་པས་ཆོས་བཅུ་གཉིས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱ་སྟེ། །ཞེས་སོགས་  
ལས་འཕྲོས་སོ། །

འདིའི་སྐབས་སུ་རྩ་བའི་ཆོག་དོན་ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། ས་དགྲུ་  
པའི་ཡོངས་སྦྱོང་ལ་བཅུ་གཉིས་ཡོད་དེ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཕྱིར་དུ་སྟོན་པའི་སྟོན་  
ལམ་དག་ནི་མཐའ་ཡས་པ་དང་། དེས་ཆོག་སོ་སོར་ཡང་དག་རིག་པ་ཐོབ་  
པས་ལྟ་དང་མི་དང་ལྟ་མ་ཡིན་ལ་སོགས་པའི་སྐད་ཤེས་པ་དང་། བརྗོད་པ་  
ཟབ་མོས་སྟོབས་པ་ཆུ་བོ་ལྟ་བུར་བཤད་མི་ཤེས་པ་དང་། སྦྱོར་བོ་ཐམས་ཅད་



གྱིས་བསྐྱགས་པའི་མའི་མངལ་དུ་འཇུག་པ་མཆོག་དང་། རིགས་ཕུན་སུམ་  
ཆོགས་པ་རྒྱལ་རིགས་དང་བྲམ་ཟེའི་རིགས་ལྟ་བུ་དང་། རུས་ཕུན་སུམ་  
ཆོགས་པ་བྱ་རམ་ཤིང་པ་ལྟ་བུར་སྐྱེ་བ་དང་། གཉེན་གྱི་བརྒྱད་པ་དམ་པ་  
ལས་བྱུང་བའི་ཆོ་འབྲང་དང་། རང་དབང་བའི་འཁོར་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་  
དང་། བརྒྱ་གྲིན་སོགས་གྱིས་བསྟོད་འོས་སུ་སྐྱེ་བ་དག་དང་། སངས་རྒྱས་  
དང་ལྟ་སོགས་གྱིས་བསྐྱེལ་ཏེ་ངེས་པར་འབྱུང་བ་དང་། ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་  
བྱ་དང་འབྲ་བའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཤིང་རྣམས་ཀྱི་བྱུང་དུ་འཇུག་པ་དང་། སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་སྟོབས་སོགས་ཡོན་ཏན་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་ཐམས་ཅད་རྫོགས་  
པར་བྱེད་པ་རྣམས་སུ་ཡོད་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། བརྒྱ་པ་ས་བརྒྱ་པ་ནི། ས་དགུ་  
འདས་ནས་ཡེ་ཤེས་ནི། །ཞེས་སོགས་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་གཅིག་གསུངས་  
ཏེ། དེའི་དོན་འགྲེལ་པ་ལས། ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་རིགས་དང་། འབྲས་བྱ་  
དང་པོ་ལ་ཞུགས་པ་དང་། ཞེས་པ་ནས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་བརྒྱ་པ་  
ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་པའི་བར་གསུངས་ལ། དེ་གང་ལས་  
འཕྲོས་པ་ནི། མདོ་ལས། རབ་འབྱོར་བྱང་ཆེན་གྱི་ས་བརྒྱ་པ་གང་ཞེ་ན། ཞེས་  
པ་ནས། རབ་འབྱོར་དེ་ལྟར་བྱང་ཆེན་ས་དགུ་ལས་འདས་ནས། སངས་རྒྱས་  
ཀྱི་ས་ལ་གནས་ཏེ། རབ་འབྱོར་དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོའི་ས་  
བརྒྱ་པོའི་ཞེས་པའི་བར་གསུངས་པ་ལས་འཕྲོས་སོ། །

འདི་འདྲི་སྐྱབས་སུ་རྩ་བའི་ཆིག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པ་གཉིས་ལས།  
 དང་པོ་ནི། དམན་པ་ས་བརྒྱད་དང་བྱང་སེམས་ཀྱི་ས་དང་པོ་ནས་དགུ་པའི་  
 བར་བྱང་སེམས་ཀྱི་ས་ཞེས་རྒྱུ་འདྲི་ས་གཅིག་ཏུ་བྱས་ནས་ས་དགུ་འདྲི་སྒྲུ་མ་  
 བརྒྱད་ལ་ཞེས་མཐོང་དང་། བྱི་མ་ལ་གནས་ནས་འདའ་བར་བྱས་ནས་ས་  
 བརྒྱ་པ་ཐོབ་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་ཡེ་ཞེས་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའི་ས་བརྒྱ་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་ཞེས་པར་བྱ་སྟེ། རྒྱ་མཚན་གང་གིས་ན།  
 མདོ་ལས་འདའ་བྱ་ས་དགུ་འདས་ནས་བྱང་སེམས་ཀྱི་ས་བརྒྱ་པ་ལ་གནས་  
 པ་ལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་གནས་པ་ཞེས་མིང་གིས་བཏགས་ནས་བཤད་པ་  
 ཡིན་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག  
 ས་བརྒྱ་པའི་ཡོངས་སྤྱོད་མེད་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ས་བརྒྱ་པའི་  
 གཉིན་པོའི་ཡོངས་སྤྱོད་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ས་བརྒྱ་པའི་ཡེ་ཞེས་ཀྱིས་  
 རང་གི་ངོས་སྐལ་ཀྱི་དྲི་མ་སྤྱངས་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ལ་འཇུག་པ་ཡིན་  
 པའི་བྱིར། གཞན་ཡང་། དེའི་ཡོངས་སྤྱོད་ཡོད་པར་ཐལ། ས་བརྒྱའི་སྒྲིན་སེལ་  
 ཞིང་ཡོན་ཏན་རྫོགས་པར་བྱེད་པའི་དེའི་ཡེ་ཞེས་ཡོད་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག ས་  
 བརྒྱ་པ་བ་དེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ལ་གནས་ཀྱང་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ལ་གནས་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ།  
 སངས་རྒྱས་དང་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ལ་བྱེད་པར་མེད་

པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ས་བརྩའི་ཡེ་ཤེས་དེ། གང་གི་སངས་རྒྱས་སར་གནས་  
པ། ཞེས་པའི་དངོས་བསྟན་གྱི་ས་མིན་ཟེར་ན། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་  
དངོས་བསྟན་གྱི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་དེའི་དངོས་  
བསྟན་གྱི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ཡིན་ཀྱང་།

སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་མ་ཡིན་པའི་བྱང་པར་འཐད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ས་  
དགྲ་འདས་ནས་ཞེས་པའི་དངོས་བསྟན་གྱི་ས་ཡིན་ན། བྱང་སེམས་ཀྱི་ས་  
ཡིན་པས་བྱུང་ཟེར་ན། རིགས་ཀྱི་ས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་  
མི་རྒྱས་ཏེ། དམན་པའི་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ས་བརྩ་པ་བ་དེ། སངས་  
རྒྱས་དང་འཕྲིན་ལས་མཉམ་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ས་བརྩ་པའི་  
གནས་སྐབས་སུ་འབད་ཚེ་ལ་དང་བཅས་པའི་སྒོ་ནས་འཕྲིན་ལས་མཛད།  
སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྟོན་འདས་རྣམས་ནི་འཕྲིན་ལས་ཐམས་ཅད་འབད་མེད་  
ལྟོན་གྱུ་ཏུ་མཛད་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། དེའི་གནས་སྐབས་སུ་འབད་  
ཚེ་ལ་སྤྲོ་མོ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་ས་བརྩ་པ་བ་དེས་མ་རིག་  
བག་ཆགས་ཀྱི་ས་མ་སྤངས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མ་རིག་བག་ཆགས་ཀྱི་ས་  
སྤངས་པ་དང་སངས་རྒྱས་པ་དུས་མཉམ་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། ས་བརྩ་པ་ལ་ཡོངས་སྤྱོད་མེད་པ་མིན་ཀྱང་།  
འདིར་ས་བརྩ་པ་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་སྒོ་ནས་དངོས་སུ་བཤད་ནས་ཡོངས་སྤྱོད་གི་

སྟོན་ས་དངོས་སྤྱི་མ་གསུངས་པ་ནི། ས་བཙུ་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་ས་དགུ་པ་མན་  
 ཆད་ལས་འདས་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་འབྲས་བུའི་ས་ཡིན་པར་ཤེས་པ་ དང་།  
 འདའ་བྱ་ས་དགུ་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་རིགས་ཡར་ལྡན་དུ་བསྐྱ་བར་ཤེས་པར་བྱ་  
 བའི་ཆེད་དོ། དམན་པ་ས་བརྒྱད་ནི། བཞེད་པ་མི་འབྲ་བ་སྤྲང་ཡང་། སྟོབ་  
 དཔོན་ལྟར་ན། རིགས་ཀྱི་ས་དང་། དེ་བཞིན་དུ་བརྒྱད་པ་དང་། མཐོང་བ་དང་།  
 བསྐྱབས་པ་དང་། འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་དང་། བྱས་པ་ཉོགས་པ་དང་།  
 ཉན་ཐོས་ཀྱི་ས་དང་། རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་དང་བརྒྱད་དོ། །

གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྟོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག ས་བཙུ་པའི་ཡོངས་སྟོང་མེད་  
 པར་ཐལ། གསེར་སྟོང་ལས། སྟོང་བྱེད་མེད་པར་མཆོན་ཉིད་ཅམ་ཞིག་  
 གསུངས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། ཟེར་ན། སྟོན་མེད་དེ། དེ་ནི་ས་འོག་  
 མ་ལྟ་བུའི་སྟོང་བྱེད་དམིགས་བསལ་ཅན་མེད་པའི་དོན་ཡིན་པའི་བྱིར། དེ་  
 ལྟ་མིན་ན། ས་བཙུ་པའི་སྤང་བྱ་མེད་པར་ཐལ། དེའི་སྟོང་བྱེད་དང་སྟོང་བྱ་  
 གཉིས་ཀ་མེད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་སྟོང་བྱེད་མེད་པའི་བྱིར། ཉགས་  
 ཁས། གཞན་ཡང་། ས་བཙུ་པའི་སྟོང་བྱེད་ཡོད་པར་ཐལ། དེའི་ངོས་སྐལ་གྱི་  
 ཤེས་སྟོབ་སྟོང་བྱེད་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་ངོས་སྐལ་གྱི་ཤེས་སྟོབ་  
 ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་ངོས་སྐལ་གྱི་སྤང་བྱའི་བདེན་འཛིན་ཅུང་དུའི་  
 ཅུང་དུ་ཡོད་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག ས་བཙུ་པ་བ་དེ་སངས་རྒྱས་ཡིན་པར་ཐལ།

དེ་ལ་སངས་རྒྱས་ཞེས་བྱ་བའི་བྱིར། དེར་ཐལ། འགྲེལ་བ་ལས། ས་བཙུ་བ་  
བ་ལ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སངས་རྒྱས་ཁོ་ནར་བརྗོད་པར་བྱའི། ཞེས་  
གསུངས་པའི་བྱིར། ཟེར་ན། སྦྱོན་མེད་དེ། དེ་ལ་སངས་རྒྱས་ཞེས་མིང་གིས་  
བཏགས་པ་ཙམ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེ་ལྟར་ཡིན་ཏེ། ས་བཙུ་བའི་གནས་སྐབས་  
སྤྱ་འབད་ཚྭ་ལ་རགས་པ་ཞི་ནས་གཞན་དོན་བྱེད་པའི་སྒོ་སངས་རྒྱས་ཆ་འདྲ་  
བ་ཙམ་ལ་དགོངས་ནས། དེ་ལ་སངས་རྒྱས་ཞེས་བརྗོད་པའི་བྱིར། དེ་ལྟར་  
ཡང་། རྒྱད་སྒྲ་མ་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཚུལ་འདི་ནི། །རྗེས་ཐོབ་དེ་  
བཞིན་གཤེགས་རྣམས་དང་། །སེམས་ཅན་ཡང་དག་སྒྲོལ་བ་ལ། །འཇིག་རྟེན་  
ན་ནི་མཉམ་པ་ཉིད། །ཅེས་གསུངས་པའི་བྱིར།

ཁ་ཅིག དམན་པ་ས་བརྒྱད་འདྲེན་པའི་ཆེ་རིགས་ཀྱི་ས་ནས་ཐོག་མ་  
འཇིན་མི་རིགས་པར་ཐལ། དཀར་པོ་རྣམ་པར་མཐོང་བའི་ས་ནས་འཇིན་  
རིགས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། མདོ་ལས། དཀར་པོ་རྣམ་པར་མཐོང་བའི་ས་  
ཡོད་དོ། །རིགས་ཀྱི་ས་ཡོད་དོ། །ཞེས་རིགས་ཀྱི་སའི་སྒྲོན་དུ་དཀར་པོ་རྣམ་  
པར་མཐོང་བའི་ས་བཤད་པའི་བྱིར། ཟེར་ན། སྦྱོན་མེད་དེ། དཀར་པོ་རྣམ་  
མཐོང་གི་ས་དེ་རིགས་ཀྱི་སས་བསྐྱས་པའམ། དེའི་སྒྲོན་འགྲོ་ཙམ་ལ་དགོངས་  
པའི་བྱིར།



## གཉེན་པོའི་ཆོག་ས་སྒྲུབ།

༥ གཉེན་པོའི་ཆོག་ས་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་ནི། མཐོང་དང་གོམས་པའི་  
ལམ་དག་ལ། །ཞེས་སོགས་ཆོག་ས་སྒྲུབ་བཅད་པ་གཅིག་གསུངས་ཏེ། དེའི་  
དོན་ནི་འབྲེལ་པ་ལས། གཟུང་བའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་  
པའི་དངོས་པོ་ཅམ་དང་། ཞེས་པ་ནས། གཉེན་པོ་རྣམ་པ་བརྒྱད་དོ། །ཞེས་  
པའི་བར་གསུངས་ལ། གང་ལས་འཕྲོས་པ་ནི། མདོ་ལས། རབ་འབྱོར་གང་  
ཡང་འདི་སྐད་ཏུ་ཐེག་པ་དེ་གང་ནས་འབྱུང་བར་འབྱུར་ཞེས་པ་སྒྲུབ་པ་ནི། དེ་  
མི་དམིགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཁམས་གསུམ་ནས་འབྱུང་བར་འབྱུར་ཞིང་།  
ཞེས་སོགས་དང་། རབ་འབྱོར་གང་མཆོད་ཉིད་མེད་པའི་ཆོས་རྣམས་ངེས་  
པར་འབྱུང་བར་འདོད་པ་དེ་ནི་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ངེས་པར་འབྱུང་བར་འདོད་  
ཏུ་བྱུང་དོ། ། ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལས་འཕྲོས་སོ། །

འདིའི་སྐབས་སྒྲུབ་པའི་ཆོག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱུད་པའོ། །དང་པོ་  
ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་དང་གོམས་པའི་ལམ་ཐེག་  
ཆེན་གྱི་སྒྲོམ་ལམ་དག་ལ་གཉེན་པོ་རྣམ་པ་བརྒྱད་ཅེས་བྱ་བ་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ།  
སྤང་བྱ་ཤེས་སྒྲིབ་གཟུང་རྟོག་དང་འཇིན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་རྣམས་ཉེ་བར་  
ཞེ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ་གངས་གྱི་སྒྲོན་ནས་བཞག་པ་བརྒྱད་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉེས་པ་མཐའ་དབྱུད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་གཉེན་

པོ་ཡིན་ན་གཉེན་པོའི་ཚོགས་སྐྱབ་ཡིན་པས་བྱུང་བའི་ན།      ཐེག་ཆེན་གྱི་  
 ཚོགས་ལམ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་  
 ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། ཁ་ཅིག་ ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ་ཡིན་ན།  
 གཉེན་པོའི་ཚོགས་སྐྱབ་ཡིན་པས་བྱུང་བའི་ན། རྣམ་མཁྱེན་ཚོས་ཅན། དེར་  
 ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སྒྲིབ་ལམ་ཡིན་པར་ཐལ་སོ། ཁ་ཅིག་ ཤེས་སྒྲིབ་  
 གྱི་དངོས་གཉེན་བྱེད་པའི་བྱང་འཕགས་གྱི་མཁྱེན་པ་དེ། གཉེན་པོའི་ཚོགས་  
 སྐྱབ་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཚོས་  
 ཅན། མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་  
 མཐོང་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཤེས་སྒྲིབ་གྱི་དངོས་གཉེན་ཡིན་  
 པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། རྒྱན་མཐའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ།  
 འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ།

གཉིས་པ་རང་ལུགས་ནི།      བདེན་འཛིན་གྱི་གཉེན་པོ་བྱེད་པའི་བྱང་  
 འཕགས་གྱི་མཁྱེན་པ་དེ། གཉེན་པོའི་ཚོགས་སྐྱབ་གྱི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་  
 བ་བརྒྱད་ཡོད་དེ།      ཤེས་སྒྲིབ་ཀྱི་བཏགས་དང་ལྷན་སྦྲེས་གཉིས་རེ་རེ་ལ་  
 ཤེས་སྒྲིབ་ཉོན་མོངས་གཟུང་ཏྱིག་དང་རྣམ་བྱང་གཟུང་ཏྱིག་གཉིས།      ཤེས་  
 སྒྲིབ་རྣམས་འཛིན་ཏྱིག་པ་དང་བཏགས་འཛིན་ཏྱིག་པ་གཉིས་ཏེ་སོ་སོར་བྱེ་ན་

བརྒྱད་ཀྱི་གཉེན་པོའི་ཡེ་ཤེས་བརྒྱད་ཡོད་པའི་བྱིར།

གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྒྲོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་གཉེན་པོའི་ཚོགས་སྐྱབ་ཡིན་ན།  
 ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ་ཡིན་མི་དགོས་པར་ཐལ། ཚོགས་སྐྱབ་  
 ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ་ཡིན་མི་དགོས་པའི་བྱིར། ཟེར་ན་  
 མ་ཁྱབ། ཏྲགས་དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སྒྲོར་ལམ་ཚོས་མཚོག་ཆེན་པོ་ནས་  
 ཚོགས་སྐྱབ་ཐོབ་པར་གསུངས་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། མཐོང་དང་  
 གོམས་པའི་ལམ་དག་ལ། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་གཉེན་པོའི་ཚོགས་སྐྱབ་ཐེག་  
 ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་ནས་ཐོབ་པར་བཤད་པའི་བྱིར།

དེས་འབྱུང་སྐྱབ་པ།

༼ཐུ་བ་དེས་འབྱུང་སྐྱབ་པ་ནི། ཆེད་དུ་བྱ་དང་མཉམ་ཉིད་དང་། །ཞེས་  
 པ་ནས། དེས་འབྱུང་སྐྱབ་པ་ཡིན་ཞེས་བྱ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས་ཏེ། དེའི་  
 དོན་ནི་འགྲེལ་པ་ལས། ཆེད་དུ་བྱ་བ་རི་སྐད་བཤད་པ་དང་། །ཞེས་པ་ནས།  
 དེས་པར་འབྱུང་བའི་སྐྱབ་པ་ནི་རྣམ་པ་བརྒྱད་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་  
 གསུངས་ལ། གང་ལས་འཕྲོས་པ་ནི། མདོ་ལས། བཙུན་ལྡན་འདས་ཐེག་པ་  
 ཆེན་པོ་ཞེས་བགྱི་བ་འདི་ནི་ལྟ་དང་མི་དང་ལྟ་མ་ཡིན་དང་བཅས་པའི་འཛིག་  
 ཏེན་ཟེལ་གྱིས་མནན་ནས་འབྱུང་བར་འབྱུང་རོ། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་  
 ལས་འཕྲོས་སོ། །

འདིའི་སྐབས་སུ་རྩ་བའི་ཆོག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པ་གཉིས་ལས།  
དང་པོ་ནི། དེས་པར་འབྱུང་བ་རྣམ་པ་བརྒྱད་གྱི་བདག་ཉིད་འོག་ནས་འཆད་  
བ་འདི་རྣམས་བསམ་སྦྱོར་གཉིས་ཀྱི་སྒོ་ནས་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་དག་སའི་  
ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན། དེས་འབྱུང་སྐབ་པ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། རྣམ་  
མཁྱེན་གདོན་མི་བ་བ་འཐོབ་པར་བྱེད་པའི་དག་སའི་རྣམ་འབྱོར་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། དེས་པར་འབྱུང་བའི་དབྱེ་བ་བརྒྱད་ཡོད་དེ། སྤར་བཤེད་པ་སྟར་ཆེད་  
དུ་བྱ་བ་གསུམ་དང་། ཆོས་ཐམས་ཅད་བདེན་སྟོང་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་མཁྱེན་  
པའི་ཐུགས་རྗེ་དང་། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་དང་། དོན་དེ་  
ཡང་འབད་མེད་སྟུན་གྲུབ་དུ་བྱེད་པ་དང་། སྤེད་ཞིའི་མཐའ་ལས་འདས་པར་  
དེས་པར་འབྱུང་བ་དང་། ཐེག་པ་གསུམ་གྱིས་ཐོབ་བྱའི་རིགས་ཐམས་ཅད་  
ཐོབ་པའི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་དེས་པར་འབྱུང་བ་དང་། ཆོས་བཅུའི་རྣམ་པ་ཐམས་  
ཅད་མངོན་སུམ་དུ་མཁྱེན་པའི་རྣམ་མཁྱེན་ཉིད་དང་། རྣམ་མཁྱེན་དེའི་ཁྱད་  
པར་གྱི་ལམ་གྱི་ཡུལ་ཅན་དེས་པར་འབྱུང་བ་སྟེ་བརྒྱད་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་  
སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་དེས་འབྱུང་ཡིན་ན། དེས་འབྱུང་སྐབ་པ་  
ཡིན་པས་ཁྱབ་ཐེར་ན། ཆེད་དུ་བྱ་བ་ཆེན་པོ་གསུམ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ།  
དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆེད་དུ་བྱ་དང་ཞེས་པའི་དངོས་བསྟན་གྱི་དེས་འབྱུང་

ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་དངོས་བསྟན་གྱི་ངེས་པར་འབྱུང་བ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་དངོས་བསྟན་གྱི་ངེས་འབྱུང་དེ་ལ་གང་གིས་ངེས་པར་  
 འབྱུང་བར་བྱེད་པ་དང་། གང་དུ་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་གཞི་གཉིས་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར། འདོད་ན། སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར།  
 འདོད་མི་རུས་ཏེ། འདུས་མ་བྱས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སེམས་དཔའི་ཡེ་  
 ཤེས་ཡིན་ན། ངེས་འབྱུང་སྒྲུབ་པ་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་  
 ཆོག་ས་ལམ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དག་སའི་ཡེ་ཤེས་  
 ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་རང་འབྲས་རྣམ་མཁྱེན་གདོན་མི་བ་  
 བར་འབྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ན་ངེས་འབྱུང་སྒྲུབ་པ་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན།  
 ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་  
 སེམས་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན་སྒྲོ།

གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། རང་འབྲས་བྱང་ཆེན་དུ་གདོན་མི་བ་བར་  
 འབྱེན་པར་བྱེད་པའི་དག་སའི་ཡེ་ཤེས། ངེས་འབྱུང་སྒྲུབ་པའི་མཆོན་ཉིད། དེ་  
 ལ་དེར་གྱུར་པའི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་ཆེན་པོ་གསུམ་སྒྲུབ་བྱེད་གྱི་ངེས་འབྱུང་སྒྲུབ་  
 པ་སོགས་བརྒྱད་ཡོད།

གསུམ་པ་ཚེད་པ་སྒྲོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་ ངེས་འབྱུང་སྒྲུབ་པ་ཡིན་ན།  
 དག་སའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་



ན། བྱང་སེམས་མཐོང་ལམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ངེས་འབྱུང་རྣམ་དག་ཆོས་ཅན།  
དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ངེས་འབྱུང་གང་ཞིག་སྐྱབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། འོ་ན། རྣམ་མཁྱེན་ཆོས་ཅན། རྒྱ་ལམ་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ།  
རྒྱ་གང་ཞིག་ལམ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འཁོར་གསུམ། ཁ་ཅིག་ལམ་གྱི་  
ཡུལ་ཅན་ངེས་འབྱུང་སྟེ། ཞེས་པས་དངོས་བསྟན་གྱི་ངེས་འབྱུང་སྐྱབ་པ་ཡིན་  
ན། རྒྱུན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། དེའི་དོན་འཆད་པ་  
ན། རྣམ་བཤད་ལས། རྡོ་རྗེ་ལྷ་བུའི་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱིས་བསྐྱུས་པ་སྟེ་བརྒྱད་  
དོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། དེ་ནི། ངེས་པར་འབྱུང་  
བས་བརྒྱད་ཀྱི་ཐ་མ་རྒྱུན་མཐའ་ན་ཡོད་པ་ལ་དགོངས་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་  
ཡིན་ཏེ། ངེས་པར་འབྱུང་བ་བརྒྱད་ཀྱི་དང་པོ་བདུན་ནི་མི་སྒྲོབ་ལམ་དང་། ཐ་  
མ་གཅིག་སྒྲོབ་ལམ་ན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ལེགས་བཤད་གསེར་སྤང་  
ལས། མི་སྒྲོབ་ལམ་ན་བདུན་དང་། སྒྲོབ་ལམ་ན་གཅིག་ཏུ་བྱས་པ་ནི་རིགས་  
སོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གོང་དུ་འདོད་མི་བྱས་ཏེ། ངེས་འབྱུང་སྐྱབ་པ་  
དེ་ས་བརྒྱད་པ་ན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་བཤད་ལས། བྱང་པར་གྱི་  
ལམ་ས་བརྒྱད་པ་ཡན་ཆད་ལ་བྱས་ན་ངེས་འབྱུང་སྐྱབ་པ་ཡང་དེ་ན་ཡོད་  
པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །མདོར་ན་སྤར་བཤད་པའི་ཆོག་དོན་ལ་རྩོད་པའི་ཆེ་  
ཞིབ་ཆ་བྱ་དགོས་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །སྐབས་བསྐྱབ་པའི་གོ་སྟོན་ལོ།

སྐྱས་པ།

པ་རོལ་བྱེན་པའི་ས་འཛིན་བྱེན་ཡངས་པོར། །

མཁུན་གསུམ་དཔག་བསམ་སྒྲོན་པ་ཀྱན་ཏུ་རྒྱས། །

སྒྲོར་བཞིའི་མེ་ཉླ་རྒྱམ་པར་བཟ་བ་ལས། །

ཆོས་སྐྱའི་འབྲས་སྒྲིན་ཡུམ་མཆོག་རྒྱལ་གྱུར་ཅིག །

གང་དེའི་སྐས་དོན་ངེ་བཞིན་གསལ་བྱེད་རྒྱ། །

མི་པམ་མགོན་གྱི་གསུང་གི་སྒྲིང་པོ་མཆོག །

མངོན་པར་ཉླ་གས་པའི་རྒྱན་ལས་སྐབས་དང་པོའི། །

ཆོག་འབྲེལ་མཐའ་དཔྱེད་བྱང་འབྲེལ་བཤད་ཟེན་ཉི།

ཞེས་བསྟན་བཅོས་མངོན་པར་ཉླ་གས་པའི་རྒྱན་གྱི་དགོངས་པ་  
གསལ་བར་བྱེད་པ་མཁས་པ་དགེས་པའི་མཆོད་སྒྲིན་ལས་སྐབས་དང་པོའི་  
ཆོག་དོན་མཐའ་དཔྱེད་བྱང་ཏུ་འབྲེལ་བ་འདི་ནི། ལྷ་ཀྱའི་བཙུན་པ་གྲགས་པ་  
བཤད་སྐྱབ་ཀྱིས་ལེགས་པར་སྐྱར་བའི་ཡི་གེ་པ་ནི་ཏཱ་ཡི་ལ་ལུང་སྒྲོ་བཟང་  
དོན་གྲུབ་པོ། །

༡༡། །མཁས་པ་དབྱེས་པའི་མཆོད་སྦྱིན་ལས་སྐབས་གཉིས་པའི་  
ཆིག་དོན་མཐའ་དཔྱོད་བྱང་འགྲེལ་དུ་

སྐབས་པ་བཞུགས་སོ།།

སྐབས་གཉིས་པ།

རྗེ་བཙུན་མ་ལམ་མགོན་པོ་ལ་གྲུས་པས་ཕྱག་འཆའ་ཞིང་སྐབས་སུ་  
མཆོད། །གཉིས་པ་ལམ་ཤེས་ཆིག་དོན་ཡན་ལག་གི་སྒོ་ནས་རྒྱས་པར་  
བཤད་པ་ལ་གསུམ། སྐབས་འདིར་ལམ་ཤེས་འཆད་པའི་རྒྱ་མཆན་བཤད་  
པ། གཞུང་དོན་དངོས་བཤད་པ། སྐབས་བསྐྱ་བའོ། །

གཞུང་སྤྱི་འཛིན་མ་བཞག

དང་པོ་ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། སྐབས་དང་པོར་རྣམ་མཁྱེན་བཤད་  
ཟིན་པའི་འོག་དུ་འདིར་ལམ་ཤེས་འཆད་པའི་རྒྱ་མཆན་ཡོད་དེ། རྣམ་མཁྱེན་  
ཐོབ་པ་ལ་ལམ་ཤེས་བསྒྲོམ་པ་སྒྲོན་དུ་འགྲོ་དགོས་ཤིང་། དེ་མ་སོང་ན་རྣམ་  
མཁྱེན་ཐོབ་པར་མི་རྒྱས་པའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་བཤད་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་ཡང་།  
འགྲེལ་པའི་མཆོམས་སྐྱར་དུ། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་རྟོགས་པ་ནི་  
ལམ་ཤེས་པ་ཉིད་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་མེད་ན་མེད་པས་ལམ་ཤེས་པ་ཉིད།  
ཅས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

འདིའི་སྐྱབས་སུ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ་ཁ་ཅིག་ན་  
 རེ། རྣམ་མཁྱེན་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། ལམ་ཤེས་སྒྲོན་དུ་སོང་བས་བྱུང་  
 ཟེར་ན། ལམ་ཤེས་ཡིན་ན། རྣམ་མཁྱེན་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱ་ཡིན་དགོས་  
 པར་ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། ལམ་ཤེས་ཀྱི་འབྲས་བུ་  
 ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། ལམ་ཤེས་སྒྲོན་དུ་སོང་བས་  
 བྱུང་བའི་ཕྱིར། ཉགས་ཁས། འདོད་ན། རྣམ་མཁྱེན་ཆོས་ཅན། རྣམ་མཁྱེན་  
 ཐོབ་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱ་ཡིན་པར་ཐལ། ལམ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 འབྲས་བུ་ལམ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེ་དང་དུས་མཉམ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། རྣམ་མཁྱེན་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། ལམ་  
 ཤེས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་  
 ན། ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱར་རྒྱར་པའི་སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཆོས་ཅན། དེར་  
 ཐལ། དེའི་ཕྱིར། ཉགས་གསལ་སྒྲོལ། །

ཁ་ཅིག་ རང་རྒྱུད་ལ་ལྟན་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་སྟོང་ཉིད་མངོན་  
 སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟེན་པའི་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་མངོན་རྟོགས་ལམ་  
 ཤེས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། བྱང་སེམས་ཆོགས་ལམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྟོང་ཉིད་  
 མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ། མཆོན་  
 ཉིད་དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ་ཡིན་པར་ཐལ།

འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་ལུས་ཏེ། ཐེག་ཆེན་སོ་སྐྱེའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་  
བྱིར། ཁ་ཅིག་ལམ་གསུམ་བདེན་མེད་དུ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་  
འཕགས་པའི་མངོན་རྟོགས། ལམ་ཤེས་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། གཟུགས་མི་  
རྟག་པར་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་ཆོས་ཅན།  
མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་  
མཐུན་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་ན། བདེན་མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་  
མཐུན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། ལྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་  
རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན།  
བདེན་གཉིས་དུས་ཅིག་ཅར་དུ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པར་  
ཐལ། ལྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་གང་ཞིག་རང་གི་གཞལ་  
བྱར་བྱར་པའི་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་  
པའི་བྱིར། དང་པོ་སོང་། བྱི་མ་དེར་ཐལ། གཟུགས་མི་རྟག་པར་མངོན་སུམ་  
དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་ན། རྣམ་མཐུན་ཡིན་པར་ཐལ།  
བདེན་གཉིས་དུས་ཅིག་ཅར་དུ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་  
བྱིར། རྟགས་ཁས། བྱེད་སྒྲེ། བདེན་གཉིས་ངོ་བོ་ཐ་དད་དུ་འཛིན་པའི་བྱི་མ་  
ཟད་པར་སྤངས་པའི་སྟོབ་པ་མེད་པའི་བྱིར། གཞན་ཡང་། ལམ་ཤེས་ཡིན་ན།  
ལམ་གསུམ་བདེན་མེད་དུ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པས་མ་བྱེད་པར་ཐལ།



བདེན་འཛིན་རྒྱུད་ལ་ལྟན་པའི་བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ལ་ལམ་ཤེས་  
 ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་ཚད་མེད་  
 བཞི་སོགས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། བྱེད་སྒྲུབ་བྱང་འཕགས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་ཐེག་ཆེན་  
 སེམས་བསྐྱེད་དང་བྱམས་སོགས་ཚད་མེད་བཞི་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན། ལམ་  
 ཤེས་ཡིན་དགོས་ཀྱང་། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་མ་ཡིན་དགོས་པའི་  
 ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་སྟོང་  
 རྩེ་ཆེན་པོས་ཟིན་པའི་བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ། ལམ་ཤེས་ཀྱི་  
 མཚན་ཉིད་ཟེར་ན། རྣམ་མཁྱེན་ཆོས་ཅན། མཚན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་  
 དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འབྲས་བུ་ལམ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། བྱང་  
 སེམས་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་  
 རུས་སོ། །ཁ་ཅིག་ སྐབས་གཉིས་པའི་བསྟན་བུའི་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ལམ་  
 ཤེས་ཡིན་ན། རྒྱ་ལམ་ཤེས་ཡིན་པས་བྱེད་ཟེར་ན། ལམ་ཤེས་ཆོས་ཅན།  
 དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་དེ་སྐབས་དང་པོའི་བསྟན་བུའི་  
 གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་རྣམ་མཁྱེན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། མི་འཐད་པར་ཐལ།  
 འབྲས་བུ་ལམ་ཤེས་སྟོང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །

༥ གཉིས་པ་རང་གི་ལུགས་ལ། ཐབས་ཤེས་བྱང་པར་ཅན་གཉིས་  
 ཀྱིས་ཟིན་པའི་ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ། ལམ་ཤེས་ཀྱི་མཚན་ཉིད།

ངོ་མོའི་སྒོ་ནས་དབྱེ་ན། རྒྱ་ལམ་ཤེས་དང་། འབྲས་བུ་ལམ་ཤེས་གཉིས། དང་  
པོ་དང་། བྱང་འཕགས་ཀྱི་མཁུན་པ་དོན་གཅིག་། ཕྱི་མ་དང་རྣམ་མཁུན་དོན་  
གཅིག་ བྱེད་ལས་ཀྱི་སྒོ་ནས་དབྱེ་ན། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས།  
རང་རྒྱལ་ཀྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས། བྱང་སེམས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་  
ཤེས་དང་གསུམ་མོ།

༥ གསུམ་པ་ཅོད་པ་སྟོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་ རྣམ་མཁུན་ཐོབ་པའི་གང་  
ཟག་ཡིན་ན། ལམ་ཤེས་སྟོན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་ཡིན་པས་བྲབ་པར་ཐལ།  
དེ་ཡིན་ན། ལམ་ཤེས་ཐོབ་པ་སྟོན་དུ་སོང་བས་བྲབ་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན་མ་  
བྲབ། ཉགས་དེར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། རྒྱ་ལམ་ཤེས་ཐོབ་པ་སྟོན་དུ་སོང་བས་  
བྲབ་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། བཀག་ཟེན། ཁ་ཅིག་ ལམ་ཤེས་ཡིན་ན། སྟོང་ཉིད་  
མངོན་སུམ་དུ་ཉོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། སྟོང་  
ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་ཉོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་དགོས་  
པའི་ཕྱིར་ན། མ་བྲབ། ཉགས་དེར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་  
ཉོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་གཉིས་ཀྱིས་ཟེན་པའི་ཐེག་ཆེན་  
འཕགས་པའི་མཁུན་པ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། བདེན་འཛིན་མངོན་  
འགྱུར་དུ་རྒྱུད་ལ་ལྷན་པའི་བྱང་སེམས་མཐོང་ལམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྟོང་རྗེ་ཆེན་  
པོ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་མཁུན་

བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་སྙིང་རྩེ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། འདོད་ན། དེའི་རྒྱུད་ལ་སྙིང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་  
 ཡོད་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྙིང་རྩེ་ཆེན་པོ་དེ་དེ་ལྟར་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 ཁས། འདོད་མི་རུས་ཏེ། བདེན་འཛིན་མངོན་འགྱུར་དུ་རྒྱུད་ལ་ལྟན་པའི་གང་  
 ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་ཆོས་ཅན། སྙིང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་  
 རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྟོབ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྙིང་རྩེ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། བྱེ་སྟེ། སྟོབ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྙིང་རྩེ་ཡིན་ན། རང་གི་དམིགས་ཡུལ་དུ་  
 གྱུར་པའི་སེམས་ཅན་སྤྲུག་བསྐྱེད་དང་བྲལ་འདོད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་  
 དགོས་པ་གང་ཞིག། སྟོབ་ལམ་ན་བདེན་གཉིས་དུས་ཅིག་ཅར་དུ་མངོན་སུམ་  
 དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་མེད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སྐབས་གཉིས་པའི་དངོས་  
 བསྟན་བསྟན་བྱའི་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ལམ་ཤེས་ཡིན་ན། རྒྱ་ལམ་ཤེས་ཡིན་  
 དགོས་པར་ཐལ། འབྲས་བུ་ལམ་ཤེས་དངོས་བསྟན་བསྟན་བྱའི་གཙོ་བོར་  
 གྱུར་པའི་སྐབས་གཉིས་པའི་གཞུང་ཆོག་མེད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ།  
 འདོད་ན། ལམ་ཤེས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྐབས་  
 གཉིས་པའི་དངོས་བསྟན་བསྟན་བྱའི་གཙོ་བོ་གང་ཞིག་ལམ་ཤེས་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། ཁ་ཅིག་མ་ཁྲབ་ཟེར། འདོད་ན་སྟེ། ཁ་ཅིག་ལམ་ཤེས་དེ་སྐབས་གཉིས་  
 པའི་དངོས་བསྟན་བསྟན་བྱའི་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ལམ་ཤེས་མ་ཡིན་པར་

ཐལ། དེའི་དངོས་བསྟན་བསྟན་བྱའི་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ལམ་ཤེས་ཡིན་ན།  
དམན་ལམ་སྡོན་དུ་མ་སོང་བའི་ལམ་ཤེས་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ།  
མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་དངོས་བསྟན་བསྟན་བྱའི་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ལམ་  
ཤེས་ལ་དེ་ལྟར་དགོས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱིས་དམན་  
ལམ་སྡོན་དུ་སོང་མ་སོང་གཉིས་ལས་མ་སོང་བའི་ལམ་གྱི་རྣམ་གཞག་གཙོ་  
བོར་བསྟན་པའི་བྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྱབ། ལམ་ཤེས་གྱི་ཡན་ལག

ལམ་ཤེས་གྱི་ཡན་ལག།

༥ གཉིས་པ་གཞུང་དོན་དངོས་ལ། གཞུང་ནི། ལྷ་རྣམས་རུང་བར་བྱ་  
བའི་བྱིར། །ཞེས་པ་ནས། གཉིས་པོ་ཉིད་དུ་འདོད་པ་ཡིན། །ཞེས་པའི་བར་  
གསུངས། འདི་ལ་གཉིས། ལམ་ཤེས་གྱི་ཡན་ལག་དང་། དེའི་རང་བཞིན་  
བཤད་པའོ། །

དང་པོ་ནི། ལྷ་རྣམས་རུང་བར་བྱ་བའི་བྱིར། །ཞེས་སོགས་ཀྱང་པ་བཞི་  
གསུངས་ཏེ། དེའི་དོན་འབྲེལ་བར་འཆད་པ་ལ། ལམ་ཤེས་པ་ཉིད་སྐྱུང་རུང་  
བ་ཉིད་དུ་བསྐྱབ་པའི་བྱིར། །ཞེས་པ་ནས། སེམས་ཅན་ཡོངས་སུ་མ་བསྐྱུས་  
པ་ཡོངས་སུ་བསྐྱུས་པ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་པས་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་  
བར་གསུངས། དེ་དག་གང་ལས་འཕྲོས་པ་ནི། གཞུང་སྤྱི་བྱི་གོ་རིམ་འབྲེལ་  
བའི་དང་དུ་བྱས་ན་འབྲེལ་བ་རྩ་དང་། རྩ་བ་མདོ་ལས་འཕྲོས་པ་ཡིན་མོད།

གཉིས་ཀ་ཐུན་མོང་བའི་འཕྲོས་གཞི་ཡོད་དེ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་རང་  
བཞིན་གྱི་འོད་གྱི་བྱང་ན་ལྷ་རྣམས་ཀྱི་ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་ལས་བྱང་  
བའི་འོད་དེ་ནི་ལྷམ་མེར་མ་ཡིན། ལྷན་ནེར་མ་ཡིན། ལྷང་ངེར་མ་ཡིན་གྱི་དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པའི་འོད་འབའ་ཞིག་རབ་ཅེས་བྱའོ། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་མདོ་  
ལས་འཕྲོས་པའི་བྱེད།

འདིའི་སྐབས་སུ་ཆིག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་  
ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་འོད་གྱིས་འདོད་གཟུགས་ཀྱི་  
ལྷའི་འོད་མོག་མོག་པོར་མཛད་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། འདོད་གཟུགས་ཀྱི་  
ལྷ་རྣམས་ཀྱི་ང་རྒྱལ་བཅོམ་ནས་རྒྱད་ལ་སེམས་བསྐྱེད་དང་། ལམ་ཤེས་སྐྱེ་  
བྱང་བར་བྱ་བའི་བྱིར་དུ་ཡིན་པའི་བྱིར། ལམ་ཤེས་སྐྱེ་བའི་རྟེན་གྱི་ཡུལ་ངེས་  
པ་ཡིན་ཏེ། ལམ་གསུམ་རྫོགས་པར་བསྐྱོམ་པའི་ལམ་ལ་མཁས་པ་ལ་ནི་དེའི་  
སྒོན་དུ་རིགས་ཅན་གསུམ་ཀའི་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་རྟེན་ངེས་  
པར་དགོས་པའི་བྱིར། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔར་མ་བྱང་སེམས་ཅན་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི་རྒྱད་ལ་ལམ་ཤེས་སྐྱེ་བྱང་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱད་ལ་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་ཀྱིས་བྱུང་བའི་བྱིར། ལམ་ཤེས་ཆོས་ཅན། ཉན་རང་  
གི་ལམ་ལས་རང་བཞིན་གྱི་སྒྲོན་སྒྲུབ་པར་དུ་འཕགས་ཏེ། ཉན་མོངས་  
གཙོ་བོར་མི་སྤོང་བར་དེ་གཞན་དོན་སྒྲུབ་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་བསྒྱུར་བར་བྱེད་



རྒྱས་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། ཉན་རང་གི་  
ལམ་ལས་ལམ་ཤེས་དེ་ཡི་བྱེད་ལས་ཀྱང་བྱེད་པར་དུ་འཕགས་ཏེ། དེ་དུས་  
མ་ཡིན་པར་ཡང་དག་མཐའ་མངོན་དུ་མི་བྱེད་ཅིང་། སེམས་ཅན་མཐའ་ཡས་  
པ་སྒྲིན་ཅིང་གྲོལ་བར་བྱེད་རྒྱས་པའི་བྱེད་ལས་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མཐའ་  
དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག ལམ་ཤེས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཡིན་  
ན་ལམ་ཤེས་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་རང་  
བཞིན་གནས་རིགས་ཀྱིས་བྱུང་བ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
བྱུང་བ་དང་ཞེས་པའི་རྩ་འགྲེལ་ཀྱིས་དེ་ལམ་ཤེས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཏུ་བསྟན་  
པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། འདུས་མ་བྱས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། དེ་  
སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་  
ཆོས་ཅན། སེམས་དཔའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པར་ཐལ། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་  
བསྟན་པའི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་སོ། །

ཁ་ཅིག གོགས་མངོན་པའི་ང་རྒྱལ་མངོན་འགྱུར་བ་དང་བྲལ་བ་དེ།  
སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་  
ཆོས་ཅན། བྱིད་སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་ཡན་ལག་  
མིན་པར་ཐལ། བྱིད་རྒྱུད་ལ་ལྡན་པའི་ཐེག་དམན་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་  
ཐལ། ང་རྒྱལ་སྤངས་པའི་ཐེག་དམན་དག་བཅོམ་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་

ན། ང་རྒྱལ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་སྤངས་པའི་ཐེག་དམན་དག་བཅོམ་ཡོད་པར་ཐལ།  
 ཁྱོད་ཉོན་སྒྲིབ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ལ་ཁོ་ན་རེ། བྱང་འཕགས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་ཉོན་  
 མོངས་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་སྤངས་པའི་ཐེག་དམན་དག་བཅོམ་ཡོད་པར་ཐལ།  
 ཁྱོད་ཉོན་མོངས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། ཅོད་གཞི་ལ་བརྟག་གོ། འདོད་མི་  
 ལུས་ཏེ། བྱང་འཕགས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་སྤངས་པའི་དམན་པའི་ཡེ་  
 ཤེས་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་སྤང་པའི་ཡེ་ཤེས་  
 ཡིན་ན། བྱང་སེམས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། སེམས་ཅན་  
 ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་སྤངས་པའི་སངས་རྒྱས་ཡོད་པར་ཐལ།  
 ཁྱོད་སྒྲིབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འཁོར་གསུམ། སྒྱོན་ཅན་ལོ་ཞེ་ན། ཅིག་ཤེས་ལ་  
 ཡང་མཚུངས་སོ། །འདོད་མི་ལུས་ཏེ། སེམས་ཅན་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་མི་གནས་པའི་  
 བྱང་འདས་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྣང་ཉིད་རྟོགས་པའི་རྣམ་  
 མཁྱེན་མེད་པའི་ཕྱིར། འོན་ཀྱང་དབྱུང་པར་བྱའོ། །ཁ་ཅིག་ལམ་ཤེས་ཀྱི་ཡན་  
 ལག་ཡིན་ན། ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། ཐེག་ཆེན་སེམས་  
 བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ལམ་ཤེས་རྫོགས་བྱེད་དུ་  
 བྱུང་པའི་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་ལུས་སོ། །ཁ་ཅིག་  
 ལམ་ཤེས་རྫོགས་བྱེད་ཀྱི་ཐགས་སུ་བྱུང་པའི་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡིན་ན།  
 སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཡིན་པས་ཁྱབ་

ཟེར་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་  
ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་  
ལམ་ཤེས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ལམ་ཤེས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཡིན་  
ན། ལམ་ཤེས་དང་ཐ་དད་ཡིན་པས་བྱུང་ཟེར་ན། ལམ་ཤེས་ཆོས་ཅན། དེར་  
ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འཕགས་ལམ་འཕགས་ལམ་གྱི་ཡན་ལག་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། ལམ་ཤེས་རྫོགས་བྱེད་ཀྱི་བྱུང་པར་དུ་  
གྱུར་པའི་སེམས་དཔའི་ཡོན་ཏན། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ལམ་  
ཤེས་ཀྱི་ཡན་ལག་གི་མཆན་ཉིད། དེ་ལ་དེར་གྱུར་པའི་གོགས་མངོན་པའི་ང་  
རྒྱལ་མངོན་འགྱུར་པ་དང་བལ་བ། བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ། ལམ་ཤེས་  
བསྐྱོམ་པའི་རྟེན་རང་བཞིན་གནས་རིགས་ཀྱིས་བྱུང་བ། ཉོན་མོངས་གཙོ་  
བོར་མི་སྤྱོད་པའི་རང་བཞིན། སེམས་ཅན་སྤྲིན་ཅིང་གྲོལ་བར་བྱེད་པའི་བྱེད་  
ལས་དང་ལྔ་ཡོད།

༥ གསུམ་པ་ཅོད་པ་སྤྱོད་པ་ལ། ཁ་ཅིག་ལམ་ཤེས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཡིན་  
ན། ལམ་ཤེས་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། འཕགས་ལམ་གྱི་ཡན་ལག་ཡིན་ན།  
འཕགས་ལམ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་བྱུང་། ཁ་ཅིག་ཉན་ཐོས་དག་  
བཙུམ་པའི་རྫོགས་པ་སྤྱོད་དུ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་རྫོགས་ལམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་

ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ལམ་  
ཤེས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཡིན་པར་ཐལ། ལམ་ཤེས་རྫོགས་བྱེད་ཀྱི་བྱེད་པར་དུ་  
གྱུར་པའི་སེམས་དཔའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སྐབས་འདིར་  
དངོས་བསྟན་བསྟན་བྱའི་གཙོ་བོ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་  
བྱུང་། འདོད་མི་ཅུས་ཏེ། དམན་ལམ་སྡོན་དུ་སོང་བའི་སེམས་དཔའི་ཡོན་  
ཏན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ལམ་ཤེས་ཆོས་ཅན། ལམ་ཤེས་ཀྱི་ཡན་ལག་མ་  
ཡིན་པར་ཐལ། ལམ་ཤེས་དང་ཐ་མི་དད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་སྟེ། སྐྱེས་བྱའི་  
ཡན་ལག་ཡིན་ན། སྐྱེས་བྱ་དང་ཐ་དད་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་  
བྱུང་སྟེ། ཁ་ཅིག་གོགས་མངོན་པའི་ང་རྒྱལ་མངོན་འགྱུར་བ་དང་བྲལ་བ་  
དེ། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཡིན་པར་  
ཐལ། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་ཡན་ལག་དེ་ལ་དེར་  
གྱུར་པའི་གོགས་མངོན་པའི་ང་རྒྱལ་མངོན་འགྱུར་བ་དང་བྲལ་བ་སོགས་ལྟ་  
ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་བྱུང་གོ། །

### ཐེག་གསུམ་རྣམ་གཞག

འདིར་ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་བཤད་པ་ནི། འགྲེལ་བ་ལས།  
ཐེག་པ་གསུམ་རྣམ་པར་གཞག་པ་ནི་དགོངས་པ་ཅན་ཡིན་གྱི། མཚན་ཉིད་པ་  
ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ལུང་ལས་འབྱུང་བས་སྐྱེ་བོ་ཐམས་ཅད་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་

དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་གྱི་མཐར་ཐུག་པ་ཅན་ཡིན་ཏེ། ཞེས་པ་ནས།  
ལམ་ཞེས་པ་ཉིད་བསྐྱོམ་པར་བྱ་བས་ཁྲབ་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས།

འདིའི་སྐབས་སུ་མཐར་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག  
ཉན་ཐོས་སྡེ་བ་ཡིན་ན། མཐར་ཐུག་ཐེག་པ་གསུམ་དུ་གྲུབ་པར་འདོད་པས་  
ཁྲབ་ཟེར་ན། ཉན་ཐོས་པར་འདའ་བ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་སྤྱིར། འདོད་  
ན། དེས་མཐར་ཐུག་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཐེག་པ་འདོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་དེའི་  
སྤྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེས་ཐེག་ཆེན་གྱི་བཀའ་མི་འདོད་པའི་སྤྱིར། ཁ་ཅིག  
ཐེག་ཆེན་པ་ཡིན་ན། མཐར་ཐུག་ཐེག་པ་གཅིག་ཏུ་གྲུབ་པར་འདོད་པས་ཁྲབ་  
ཟེར་ན། སློབ་དཔོན་དབྱིག་གཉིན་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་སྤྱིར། འདོད་མི་  
རུས་ཏེ། མཐར་ཐུག་ཐེག་པ་གསུམ་དུ་གྲུབ་པར་འདོད་པའི་སྤྱིར། ཁ་ཅིག  
སེམས་ཅམ་པ་ཡིན་ན། མཐར་ཐུག་ཐེག་པ་གསུམ་དུ་གྲུབ་པར་འདོད་པས་  
ཁྲབ་ཟེར་ན། རིགས་པའི་རྗེས་འབྲང་གི་སེམས་ཅམ་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ།  
དེའི་སྤྱིར། འདོད་ན། མི་འཐད་པར་ཐལ། མཐར་ཐུག་ཐེག་པ་གཅིག་ཏུ་གྲུབ་  
པར་འདོད་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཆང་རྒྱ་བར་འདོད་  
པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། དེས་གཉིན་པོས་སྤང་དུ་མི་རུང་བའི་སློབ་པ་མེད་པར་  
འདོད་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། རྒྱ་ཡོད་སྤྱིར་ན་རྒྱ་ཡི་  
ནི། །གཉིན་པོ་བསྐྱོམ་པས་བྱད་སྤྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། ཁ་ཅིག



ལུང་གི་རྩེ་ས་འབྲང་གི་སེམས་ཙམ་པས་ཐེག་དམན་དག་བཙུམ་པ་ཐེག་ཆེན་  
 ལམ་དུ་འཇུག་པ་མི་སྲིད་པར་འདོད་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེས་ལྷག་  
 མེད་མུང་འདས་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་དག་བཙུམ་པ་ཐེག་ཆེན་ལམ་དུ་  
 འཇུག་པར་མི་འདོད་ཀྱང་། ཡོངས་སུ་འགྱུར་བ་པོའི་ལྷག་བཙུམ་མུང་འདས་  
 ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་དག་བཙུམ་པ་ཐེག་ཆེན་ལམ་དུ་འཇུག་པར་འདོད་  
 པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། དེས་ཐེག་དམན་གྱི་ལྷག་མེད་མུང་འདས་ཀྱི་ཆེ་  
 རིགས་པ་རྒྱན་ཆད་དུ་འདོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བསྐྱུ་བ་ལས། མཆོན་མ་  
 དང་གནས་ངན་ལེན་ཐམས་ཅད་ནས་ཐམས་ཅད་དུ་རྒྱན་ཆད་ཅིང་འགག་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་དེར་ཐལ། དགོངས་འགྲེལ་  
 ལས། ཉན་ཐོས་བྱང་ཆུབ་ཏུ་ཡོངས་སུ་འགྱུར་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ངས་རྣམ་  
 གངས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡིན་པར་བསྟན་ཏེ་འདི་ལྟར་དེ་ནི་ཉན་  
 མོངས་པའི་སྒྲིབ་པ་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་ནས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་  
 ཀྱིས་བསྐྱུལ་ན་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་ལས་སེམས་རྣམ་པར་གྲོལ་བར་བྱེད་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་མཐར་ཐུག་པའི་ཐེག་པ་གསུམ་  
 གྲུབ་པར་འདོད་ན། མཐར་ཐུག་ཐེག་པ་གསུམ་དུ་གྲུབ་པར་འདོད་པས་བྱུང་  
 ཟེར་ན། སློབ་དཔོན་སེཌ་བཟང་པོ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 མཐར་ཐུག་པའི་ཐེག་པ་གསུམ་ཡོད་པར་འདོད་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

དེར་ཐལ། མཐར་ཐུག་པའི་ཐེག་པ་དུ་མ་ཡོད་པར་འདོད་པའི་གང་ཟག་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མཐར་ཐུག་པའི་རྣམ་མཁྱེན་དུ་མ་ཡོད་པར་འདོད་པའི་  
གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །

ཁ་ཅིག་མཐར་ཐུག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་པ་གྲུབ་པར་འདོད་ན། མཐར་  
ཐུག་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་ཐེག་པ་གྲུབ་པར་འདོད་པས་བྱ་བ་ཟེར་ན། ཉན་ཐོས་བྱེ་བྲག་  
སྒྲ་བ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེས་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་  
ཐེག་པ་ཁས་མི་ལེན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་ཁས་མི་ལེན་པའི་ཕྱིར།  
ཁ་ཅིག་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཆང་རྒྱ་བར་ལྟ་ཞོག། འཆང་རྒྱ་རུང་ཅམ་  
དུ་ཡང་སྒྲུབ་པར་མི་རུས་ཏེ།      སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཆང་རྒྱ་བའི་རྒྱ་  
ཆོགས་གངས་ཆང་བའི་ཕྱིར། བྱ་བ་སྟེ། རས་ལྷུག་འབྱུང་རུང་དུ་སྒྲུབ་པ་ལ་  
དེའི་རྒྱ་ཆོགས་གངས་ཆང་བ་རྟགས་སུ་འགོད་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
རྣམ་འབྲེལ་ལས། རྒྱ་ཆོགས་པ་ལས་འབྲས་སྐྱེ་བ། རྗེས་སུ་དཔོག་པ་གང་  
ཡིན་པ། །དོན་གཞན་ལ་ནི་མི་ལྟོས་ཕྱིར། །དེ་ནི་རང་བཞིན་ཡིན་པར་བརྗོད། །  
ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། འོན་དགུན་དུས་ཀྱི་ཞིང་ཆོས་ཅན། རས་  
ལྷུག་འབྱུང་བའི་རྒྱ་ཆོགས་གངས་ཆང་བར་ཐལ། རས་ལྷུག་འབྱུང་རུང་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། བྱ་བ་པ་ཁས། དེར་ཐལ། དེ་བྱིད་དུས་སུ་བབ་བ་ན་དེ་ལ་རས་ཀྱི་ལྷུ་  
གུ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེ་ལ་བློད་སོགས་ཀྱི་རྒྱུ་ཁྱད་པར་

ཅན་མ་ཆང་བའི་ཕྱིར། འདིར་ཞིང་དེ་ལ་རྫོད་སོགས་ཀྱི་རྒྱུན་མ་ཆང་གསུང་  
བའི་དོན་དུ་མི་འགལ་ཡང་། དེ་ཞིག་དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ལ་རྫོད་སོགས་  
ཆང་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དགུན་དུས་སུ་ཞིང་ལ་ཆུ་ལུང་རྫོད་སོགས་སྲིད་  
པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ལ་ཉི་མའི་འོད་ཀྱིས་རྫོ་བར་བྱས་པ་སོགས་སྲིད་པའི་  
ཕྱིར། ཞེས་སྒྲུབ་རྒྱུ་ཞིག་ཀྱང་མཆིས་ལ། ཡང་ན། རྒྱུ་ཚོགས་གངས་མ་ཆང་  
ཡང་ཆང་བ་སྲིད་ཅེས་བྱའོ། །

ཁ་ཅིག འཆང་རྒྱ་བའི་དོན་ནི། འཆང་རྒྱ་བའི་རྒྱ་ཚོགས་ཆང་བ་ལ་  
འཛོག་ཟེར་ན། ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པ་ཆོས་ཅན། འཆང་རྒྱ་བའི་རྒྱ་ཚོགས་  
ཆང་བར་ཐལ། འཆང་རྒྱ་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སེམས་ཅན་མིན་པའི་ཕྱིར།  
འདོད་ན། བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པར་ཐལ། འདོད་པ་དེའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཆང་རྒྱ་ཡང་འཆང་རྒྱ་ངེས་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་འཆང་  
རྒྱ་བ་ལ་གོགས་སྲིད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། མ་ངེས་པ་ནི་  
ཉིད་ཡིན་ཏེ། །གོགས་བྱེད་པ་ནི་སྲིད་ཕྱིར་དོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་  
ན། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཆང་རྒྱ་ངེས་ཡིན་པར་ཐལ། སེམས་ཅན་ཐམས་  
ཅད་འཆང་རྒྱ་བར་ངེས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཆང་  
རྒྱ་བར་ཆད་མས་ངེས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཆང་  
རྒྱ་བའི་ཕྱིར། མ་བྱུང་ན། ཁྱོད་ཀྱིས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཆང་རྒྱ་བར་

དམ་བཅས་པའི་དམ་བཅའ་དེ་ཚད་མའི་སྟོབས་ལས་འོངས་པ་མ་ཡིན་པར་  
ཐལ། ཁྱོད་ཀྱིས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཆང་རྒྱ་བར་དམ་བཅས་པ་གང་  
ཞིག། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཆང་རྒྱ་བར་མ་ངེས་པའི་ཕྱིར། ཉགས་ཁས།  
གཞན་ཡང་། མདུན་གྱི་སྤྱིས་བྱ་ཡོད་ངེས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཡོད་པ་ལ་  
གོགས་སྤིད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་འཛོམས་བྱེད་ཀྱི་འཆི་བ་སོགས་ཡོད་  
པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། བྱང་སེམས་འཕགས་པ་འཆང་རྒྱ་ངེས་མ་ཡིན་པར་  
ཐལ། དེ་འཆང་རྒྱ་བ་ལ་གོགས་སྤིད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ལ་ཤེས་སྤྱོད་  
ཀྱི་གོགས་དང་བཅས་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་སོ། །

ཁ་ཅིག      སེམས་ཅན་སེམས་ཅན་སངས་རྒྱས་པའི་དྲུས་སྤྱི་སངས་  
རྒྱས་ཀྱང་།      སེམས་ཅན་སངས་རྒྱས་པའི་དྲུས་སྤྱི་སེམས་ཅན་སངས་མ་  
རྒྱས་ཏེ།      སེམས་ཅན་སངས་རྒྱས་པའི་དྲུས་སྤྱི་སེམས་ཅན་མེད་པའི་ཕྱིར།  
ཟེར་ན། འོ་ན། སེམས་ཅན་སེམས་ཅན་སངས་རྒྱས་པའི་དྲུས་སྤྱི་ཡོད་པར་  
ཐལ། སེམས་ཅན་སེམས་ཅན་སངས་རྒྱས་པའི་དྲུས་སྤྱི་སངས་རྒྱས་པ་གང་  
ཞིག། ཁྱོད་ཀྱི་དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སེམས་ཅན་ཆོས་ཅན།  
ཁྱོད་རང་ཉིད་སངས་རྒྱས་པའི་དྲུས་སྤྱི་མེད་པར་ཐལ། ཁྱོད་སེམས་ཅན་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། བྱབ་སྟེ། ཆེ་འདིའི་སྤྱིས་བྱ་སྤྱི་བ་ཕྱི་མར་མེད་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་  
ན།      ཆེ་འདིའི་སྤྱིས་བྱ་མ་ཤེ་བར་ཕྱི་མར་སྤྱི་བར་ཐལ་སོ། །གཞན་ཡང་།

སེམས་ཅན་སངས་རྒྱས་པའི་དུས་སུ་སེམས་ཅན་སངས་རྒྱས་པར་ཐལ།  
 སེམས་ཅན་མེད་པའི་དུས་སུ་སེམས་ཅན་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སེམས་  
 ཅན་ཞིག་པའི་དུས་སུ་སེམས་ཅན་ཞིག་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དངོས་པོ་ཞིག་  
 པའི་དུས་སུ་དངོས་པོ་ཞིག་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དངོས་པོ་ཞིག་པའི་ཆེ་དེ་  
 མ་ཞིག་པར་འདོད་རིགས་པར་ཐལ། དངོས་པོ་ཞིག་པའི་དུས་སྲིད་པ་གང་  
 ཞིག་ དངོས་པོ་ཞིག་པའི་ཆེ་དངོས་པོ་ཞིག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་ཁས།  
 དང་པོ་མ་གྲུབ་ན། དངོས་པོ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཞིག་པའི་དུས་སྲིད་པར་ཐལ།  
 ཁྱོད་འདུས་བྲས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དངོས་པོ་མེད་པའི་དུས་སུ་དེ་  
 ཡོད་པར་ཐལ་ལོ། །ཁ་ཅིག་ སེམས་ཅན་སངས་རྒྱས་པའི་ཆེ་སེམས་ཅན་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱང་། དེའི་ཆེ་དེ་སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་དུས་  
 སུ་སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཡིན་ན། དེའི་ཆེ་གང་ཟག་ཡིན་དགོས། དེ་ཡིན་  
 ན། དེའི་ཆེ་ཡོད་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། སེམས་  
 ཅན་སངས་རྒྱས་པའི་དུས་སུ་དེ་སངས་རྒྱས་འཕགས་པར་གྱུར་ཟིན་པའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། སེམས་ཅན་སངས་རྒྱས་འཕགས་པར་གྱུར་པའི་དུས་སྲིད་  
 པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་དེ་སེམས་ཅན་དུ་གྱུར་སྟོང་  
 པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཆོས་ཅན། སེམས་ཅན་དུ་  
 གྱུར་སྟོང་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་།



སྤྱོད་ཀྱི་དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། སྤྱིར་སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཡིན་ན། ཡོད་  
དགོས་ཀྱང་། དུས་དེར་སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཡིན་ན་དུས་དེར་ཡོད་མི་  
དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྤྱིར་སྤྱི་བཞིན་པ་ཡིན་ན། ཡོད་དགོས་ཀྱང་།  
དུས་འགའ་ཞིག་གི་ཆེ་སྤྱི་བཞིན་པ་ཡིན་ན། དུས་དེར་ཡོད་མི་དགོས་པའི་  
ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། སྤྱི་གྲུ་ཆོས་ཅན། རང་གི་ས་བོན་གྱི་དུས་སྤྱི་ཡོད་པར་ཐལ།  
དེའི་དུས་སྤྱི་བཞིན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འཁོར་གསུམ། གཞན་ཡང་། བྱང་  
སེམས་ཆོགས་ལམ་པ་སངས་རྒྱས་འཕགས་པར་འགྱུར་བ་མི་སྤྱི་དཔར་  
ཐལ། དེ་དེར་འགྱུར་བའི་དུས་མི་སྤྱི་དཔར་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་དེར་གྱུར་བའི་  
དུས་མི་སྤྱི་དཔར་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་ཆོགས་ལམ་པ་སངས་རྒྱས་  
པའི་དུས་སྤྱི་དེ་སངས་རྒྱས་འཕགས་པར་མ་གྱུར་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་  
སངས་རྒྱས་པའི་དུས་སྤྱི་དེ་སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
ཉགས་ཁས། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། སྤྱོད་སངས་རྒྱས་འཕགས་པར་འགྱུར་  
པའི་དུས་སྤྱི་དཔར་ཐལ། སྤྱོད་སེམས་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། བྱང་  
སེམས་ཆོགས་ལམ་པ་སངས་རྒྱས་པའི་དུས་སྤྱི་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་སངས་  
རྒྱས་པའི་དུས་སྤྱི་དེ་སངས་རྒྱས་པའི་ཕྱིར། བྱང་སྤྱི། སངས་རྒྱས་ཡིན་ན།  
ཡོད་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་བྱུང་། འོ་ན། སེམས་ཅན་སངས་རྒྱས་པའི་  
ཆེ་སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཡིན་ཀྱང་དེ་དེའི་ཆེ་ཡོད་མི་དགོས་པར་ཐལ།

དམ་བཅའ་འཐད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། འགལ་ལོ། །

ཁ་ཅིག འཁོར་བ་ལ་ཐོག་མའི་མཐའ་ཡོད་ཟེར་ན། དེ་མེད་པར་ཐལ།  
 རིག་པ་ལ་ཐོག་མའི་མཐའ་མེད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། རིག་པ་ཡིན་ན། རང་  
 གི་ཉེར་ལེན་དུ་གྱུར་བའི་རིག་པ་སྤྲ་མ་ལས་བྱུང་བས་བྱུང་བའི་བྱིར། དེར་  
 ཐལ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། རྣམ་ཤེས་མིན་པས་རྣམ་ཤེས་ཀྱི། ཉེར་ལེན་མི་བྱེད་  
 བྱིར་ཡང་འགྲུབ། ཅེས་གསུངས་པའི་བྱིར། གཞན་ཡང་། འཁོར་བ་ལ་ཐོག་  
 མའི་མཐའ་མེད་པར་ཐལ། ས་བོན་ལ་ཐོག་ཐོག་མའི་མཐའ་མེད་པའི་བྱིར།  
 དེར་ཐལ། བཞི་བརྒྱ་པ་ལས། རི་ལྟར་ས་བོན་མཐའ་མཐོང་ཞིང་། རྟེན་ལ་ཐོག་  
 མ་ཡོད་མིན་ཏེ། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག འཁོར་བ་ལ་བྱི་མཐའ་མེད་  
 ཟེར་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། འཁོར་བའི་རྩ་བ་ལ་བྱི་མཐའ་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་  
 ཐལ། འཁོར་བའི་རྩ་བར་གྱུར་པའི་བདག་འཛིན་ལ་བྱི་མཐའ་ཡོད་པའི་བྱིར།  
 དེར་ཐལ། དེ་འཛོམས་བྱེད་ཀྱི་གཉེན་པོ་སྟོབས་ལྡན་ཡོད་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག  
 འཁོར་བའི་བྱི་མཐའ་ཡོད་ཀྱང་། འཁོར་བའི་མཐའ་མེད་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་  
 པར་ཐལ། འཁོར་བ་ལ་བྱི་མཐའ་ཡོད་པས་འཁོར་བའི་མཐའ་ཡོད་པའི་གོ་  
 ཚོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། འཁོར་བའི་བྱི་མཐའ་སྤངས་པས། འཁོར་བ་སྤང་  
 བར་འཛོག་རིགས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་གྱི་གངས་ལ་  
 མཐའ་ཡོད་ཟེར་ན། དེ་མེད་པར་ཐལ། རྣམ་མཁས་གར་བྱུང་སེམས་གྱིས་

ཁྱབ་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། མདོ་ལས་ནམ་མཁའི་མཐར་ཐུག་གྱུར་པ་ཇི་ཙམ་  
པ། །སེམས་ཅན་མ་ལུས་མཐའ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ། །ཞེས་པའི་བྱིར། །ཁ་ཅིག  
འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་རྒྱན་ཆད་པ་སྲིད་ཟེར་ན། དེ་མི་སྲིད་པར་ཐལ།  
སེམས་ཅན་རྒྱན་ཆད་པའི་དུས་མི་སྲིད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། སེམས་ཅན་  
སངས་རྒྱས་པའི་སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་དེ་སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱན་ཡིན་པའི་  
བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་དེའི་བྱི་རྒྱན་ཡིན་པའི་བྱིར། །ཁ་ཅིག ཐེག་དམན་དག་  
བཙུམ་པ་ཐེག་ཆེན་ལམ་དུ་འཇུག་པའི་ཆེས་བརྒྱད་པ་ནས་འཇུག་ཟེར་ན།  
དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ཐེག་ཆེན་ལམ་དུ་འཇུག་པ་དེའི་ཆེ་ཐེག་ཆེན་  
ཆོག་ས་ལམ་ནས་འཇུག་དགོས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སེམས་  
བསྐྱེད་རྒྱད་ལ་སྦྱེས་པ་དང་ཐེག་ཆེན་ལམ་དུ་གོག་ས་པ་དུས་མཉམ་པའི་  
བྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་དེ་ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་འཇུག་གྱི་  
འཇུག་སྒོ་ཡིན་པའི་བྱིར། །ཁ་ཅིག རྣམ་བཤད་ལས། ཉན་རང་དག་བཙུམ་པ་  
ཐེག་ཆེན་ལམ་དུ་འཇུག་པའི་ཆེས་བརྒྱད་པ་མན་ཆད་ནས་འཇུག་པར་འདོད་  
པའི་ཕྱོགས་སྦྲ་སྦྲ་བ་པོ་ཡོད་པར་གསུངས་པའི་དོན། ས་བརྒྱན་པ་ཁོ་ན་ནས་  
འཇུག་པར་འདོད་པ་ལ་བྱེད་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེའི་དོན་ས་  
བརྒྱད་པ་ནས་ཀྱང་འཇུག་པར་འདོད་པའི་དེན་དུ་བྱེད་དགོས་པའི་བྱིར། དེར་  
ཐལ། དེ་ལྟར་དགོངས་འགྲེལ་གྱི་འགྲེལ་ཆེན་རྒྱ་ནག་མ་ལས་བཤད་པར་

གསེར་སྒྲིང་ལས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གསེར་སྒྲིང་ལས། ས་བརྒྱད་  
 པ་ནས་འཇུག་པར་བཤད་ཀྱང་ཆོགས་ལམ་ནས་འཇུག་པ་འཐད། ཅེས་  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར། དེ་ལ་ཁོ་ན་རེ། ཉན་རང་དག་བཅོམ་པ་ཐེག་ཆེན་ལམ་དུ་  
 འཇུག་པའི་ཆེས་བདུན་པ་ནས་འཇུག་གོ་བཅུ་ན། དེ་ཡང་མི་འཐད་པར་ཐལ།  
 དེ་ལྟར་ན། དམན་ལམ་སྡོན་དུ་མ་སོང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་  
 བརྗོན་ལས། དམན་ལམ་སྡོན་སོང་གི་བྱང་སེམས་ནམས་འཆང་རྒྱ་བར་སྒྱུར་  
 བར་འདོད་དགོས་པའི་སྡོན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་  
 སྒྱུང་ན་ཆོ་གསུམ་ལ་ཐོབ་རུས། ཐེག་ཆེན་ཀྱི་རིགས་ཅན་དབང་པོ་རྣམས་པོ་  
 འཆང་རྒྱ་བ་ལ་ཡང་གངས་མེད་གསུམ་དུ་ཆོགས་གསོག་པར་བྱེད་དགོས་  
 པ་གང་ཞིག། བྱིད་ལྟར་ན། ཉན་རང་དག་བཅོམ་ཀྱི་རྟོགས་པ་སྡོན་དུ་སོང་  
 བའི་བྱང་སེམས་དེས་གངས་མེད་གསུམ་དུ་ཆོགས་མ་བསགས་པར་འཆང་  
 རྒྱ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་དེར་ཐལ། ཐེག་དམན་དག་བཅོམ་ཀྱི་རྟོགས་  
 པ་སྡོན་དུ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་དས་གངས་མེད་དང་བར་གཉིས་ཀྱི་ཆོགས་  
 མ་བསགས་པར་སངས་རྒྱས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གངས་མེད་གསུམ་ཀྱི་  
 ཆོགས་གསོག་ཚུལ་ནི། ཆོགས་སྦྱོར་ཀྱི་སྐབས་སུ་གངས་མེད་དང་པོ་དང་།  
 མ་དག་ས་བདུན་ཀྱི་སྐབས་སུ་གངས་མེད་གཉིས་པ་དང་། དག་པས་གསུམ་  
 དུ་གངས་མེད་གསུམ་པའི་ཆོགས་གསོག་དགོས་པ་གང་ཞིག། ཐེག་དམན་

དགྲ་བཅོམ་གྱིས་གངས་མེད་དང་པོ་དང་པར་པའི་ངོས་སྐལ་གྱི་ཚོགས་མ་  
བསགས་པར་ས་བདུན་པ་དང་བརྒྱད་པ་གང་རུང་ནས་ཐེག་ཆེན་ལམ་དུ་  
འཇུག་པའི་བྱིར། བྱི་མ་དེར་ཐལ། དེ་ས་བདུན་པ་ནས་ཐེག་ཆེན་ལམ་དུ་  
གསར་དུ་འཇུག་པ་གང་ཞིག་དེའི་སྡོན་དུ་ཐེག་དམན་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་  
སྤྱ་གངས་མེད་དང་པར་གཉིས་ཀྱི་རྟོགས་མ་བསགས་པའི་བྱིར། དང་པོ་  
ཁས། བྱི་མ་དེར་ཐལ། གངས་མེད་དང་པོའི་ཚོགས་ཀྱི་འགོ་ཐེག་ཆེན་ཚོགས་  
ལམ་ནས་ཚུམ་པར་འཇོག་པའི་བྱིར། ཁོ་ན་རེ། ཐེག་དམན་དགྲ་བཅོམ་གྱི་  
རྟོགས་པ་སྡོན་དུ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་དེ། འཆང་རྒྱ་བ་ནི་དམན་ལམ་སྡོན་  
དུ་མ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་ལས་སྦྱར་བས་ཀྱོན་མེད་ཅེ་ན། དེ་མི་འཐད་པར་  
ཐལ། དེ་དང་དམན་ལམ་སྡོན་དུ་སོང་མ་སོང་གི་བྱང་སེམས་གཉིས་རྟོགས་  
བྱང་མངོན་དུ་བྱེད་པ་ལ་དམན་ལམ་སྡོན་དུ་མ་སོང་བ་དེ་སྦྱར་ལ་ཅིག་ཤོས་  
བྱལ་བའི་བྱིར། དེར་ཐལ། མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས། བྱང་ན་ལ་མངོན་དགའི་  
བྱིར། རྟོགས་པ་བྱལ་བ་ཉིད་དུ་འདོད། །ཅེས་གསུངས་པའི་བྱིར།

ཁ་ཅིག་ ཐེག་དམན་དགྲ་བཅོམ་པའི་རྟོགས་པ་སྡོན་དུ་སོང་བའི་བྱང་  
སེམས་ཚོགས་ལམ་པ་དེ། ཐེག་ཆེན་སོ་སྟེ་མ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་ཡིན་པར་ཐལ།  
ཐེག་ཆེན་ཚོགས་ལམ་པ་དང་ཐེག་ཆེན་སྦྱོར་ལམ་པ་གང་རུང་ཡིན་པའི་  
བྱིར། བྱལ་སྟེ། ཐེག་ཆེན་གྱི་འཕགས་ལམ་ཐོབ་པ་དང་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་



ལམ་ཐོབ་པ་དུས་མཉམ་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་དེ་སོ་སྒྲེ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་  
 པར་ཐལ། དེ་འཕགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འཕགས་ལམ་ཐོབ་པའི་  
 གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་དམན་གྱི་འཕགས་ལམ་ཐོབ་པའི་  
 གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་དེ་ཆོགས་ལམ་པ་མ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་ཞིག་  
 དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ཆོགས་ལམ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཐེག་  
 ཆེན་ཆོགས་ལམ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་མ་ཁྱབ་ཟེར་ན། ཁྱད་པར་ཐལ།  
 ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་པ་ཡི་ན། མཐོང་ལམ་པ་ཡིན་དགོས། ཐེག་ཆེན་སྒྲོམ་  
 ལམ་པ་ཡིན་ན། སྒྲོམ་ལམ་པ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། དེ་ཐེག་  
 ཆེན་འཕགས་པ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེས་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་  
 ལམ་མ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་དེ་ཐེག་ཆེན་དགྲ་བཅོམ་པ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་  
 ཡང་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་དགྲ་བཅོམ་པ་ཡིན་ན་སངས་རྒྱས་ཡིན་  
 དགོས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་དེ་ཐེག་ཆེན་པར་གྱུར་པའི་དགྲ་བཅོམ་པ་མ་ཡིན་  
 ཟེར་ན། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཐེག་ཆེན་པ་ཡང་ཡིན་དགྲ་བཅོམ་པ་ཡང་ཡིན་  
 པའི་གཞི་མཐུན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་བ་གང་ཞིག། དགྲ་  
 བཅོམ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་  
 མ་མ་གྱུབ་ན། དེ་དགྲ་བཅོམ་པའི་རྟོགས་པ་ལས་ཉམས་པར་ཐལ། མ་གྱུབ་པ་  
 དེའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། བདག་འཛིན་ས་བོན་དང་བཅས་པ་སྤངས་པའི་

གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱམ་སྟེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། བདག་སྟེང་ས་བོན་  
སྤངས་པའི་ཕྱིར། །སྤར་མི་ག་ཞེགས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་  
ཕྱིར། །ཁ་ཅིག་ ཐེག་དམན་དག་བཅོམ་པའི་རྟོགས་པ་སྟོན་དུ་སོང་བའི་བྱང་  
སེམས་ཆོགས་ལམ་བཤེ། འཕགས་པ་ཕྱང་གསུམ་པ་མ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་  
ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འཕགས་པ་གང་ཞིག་ ཐེག་ཆེན་འཕགས་པ་ཡང་མིན།  
ཐེག་དམན་འཕགས་པ་ཡང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་བྱམ་ན། བྱམ་པར་ཐལ།  
རྟག་མི་རྟག་གང་རུང་མ་ཡིན་པའི་ཆོས་ཞིག་ཡོད་ན། དེ་གཉིས་གང་རུང་མ་  
ཡིན་པའི་ཕྱང་གསུམ་པ་ཡོད་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཀ་བུམ་གང་རུང་  
མ་ཡིན་པའི་ཆོས་ཡོད་ན། དེ་གང་རུང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱང་གསུམ་པ་ཡོད་  
དགོས་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་འཕགས་པ་ཕྱང་གསུམ་པ་ཡིན་པར་ཐལ།  
དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་འགོག་བདེན་དེ་འགོག་བདེན་ཕྱང་གསུམ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
དང་། དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་ལམ་བདེན་དེ་ལམ་བདེན་ཕྱང་གསུམ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
དང་པོ་དེར་ཐལ། དེ་ཐེག་ཆེན་གྱི་འགོག་བདེན་ཡང་མ་ཡིན། ཐེག་དམན་གྱི་  
དེ་ཡང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། རང་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་ཐེག་ཆེན་གྱི་  
ལམ་བདེན་སྟོན་དུ་མ་སོང་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རང་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་ཐེག་ཆེན་  
གྱི་འཕགས་ལམ་སྟོན་དུ་མ་སོང་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་རྒྱུད་ལ་ལྟན་པའི་  
བྱང་སེམས་དེས་ཐེག་ཆེན་གྱི་འཕགས་ལམ་མ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ། དེ་

ཐེག་དམན་གྱི་འགོག་བདེན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་དམན་པའི་རྒྱུད་གྱི་ཡོན་  
 ཏན་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་པའི་རྒྱུད་གྱི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པའི་  
 བྱིར། གོང་གི་བྱི་མ་དེར་ཐལ། དེ་ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་བདེན་ཡང་མ་ཡིན། ཐེག་  
 དམན་གྱི་ལམ་བདེན་ཡང་མ་ཡིན། དང་པོ་དེར་ཐལ། དེས་ཐེག་ཆེན་གྱི་  
 འཕགས་ལམ་མ་ཐོབ་པའི་བྱིར། བྱི་མ་དེར་ཐལ། སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་  
 པའི་བྱིར།

ཁ་ཅིག ཉན་ཐོས་དག་བཙུག་པའི་རྟོགས་པ་སྒྲོན་དུ་སོང་བའི་རང་  
 རྒྱལ་འཕགས་པ་ཡོད་ཟེར་ན། དེ་མེད་པར་ཐལ། ཉན་རང་གཉིས་ཀྱིས་རང་  
 རོན་དུ་སྒྲུག་ཀྱང་ཉེ་བར་ཞི་བའི་སྤང་འདས་གཙོ་བོར་དོན་དུ་གཉེར་བར་  
 མཚུངས་པ་གང་ཞིག ཉན་རང་དག་བཙུག་གཉིས་ཀྱིས་ཀྱང་ཉན་མོངས་  
 སྤངས་པའི་སྤངས་པ་ཐོབ་པར་མཚུངས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག ཉན་ཐོས་རང་  
 རྒྱལ་ལམ་དུ་འཇུག་པ་མེད་ཟེར་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། ཉན་ཐོས་སོ་སྐྱེ་ཙམ་  
 དུ་མ་བཟད་ཉན་ཐོས་འཕགས་པ་ཡང་རང་རྒྱལ་ལམ་དུ་འཇུག་པ་ཡོད་པའི་  
 བྱིར། དེར་ཐལ། སྤངས་ཅིག་ཆར་བའི་རྒྱན་ཞུགས་རང་རྒྱལ་ལམ་དུ་འཇུག་  
 པ་ཡོད་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག ཉན་ཐོས་འཕགས་པའི་རྟོགས་པ་སྒྲོན་དུ་སོང་བའི་  
 རང་རྒྱལ་ཆོགས་ལམ་པ་དེ་ཐེག་དམན་སོ་སྐྱེ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་  
 ཐལ། དེ་ཐེག་དམན་འཕགས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཐེག་དམན་

འཕགས་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁོ་ན་རེ། དེ་ཐེག་  
དམན་སོ་སྐྱེ་ཡིན་ཏེ། ཐེག་དམན་དག་བཅོམ་གྱི་ཉོགས་པ་སྟོན་དུ་སོང་བའི་  
བྱང་སེམས་ཆོགས་ལམ་པ་ཐེག་ཆེན་སོ་སྐྱེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། དེ་  
གཉིས་མི་མཚུངས་སོ། །

གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ་གསུམ། ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་  
བཤད་པ། འཁོར་བ་ལ་མཐའ་ཡོད་མེད་བསྒྲུབ་པ། ཐེག་དམན་དག་བཅོམ་  
ཐེག་ཆེན་དུ་འཇུག་པའི་དུས་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། མཐུར་ཐུག་  
ཐེག་པ་གསུམ་དུ་གྲུབ་པར་འདོད་པའི་ལུགས་བཤད་པ་དང་། གཅིག་ཏུ་གྲུབ་  
པར་འདོད་པའི་ཚུལ་རྣམ་པར་གཞག་པའོ། །

དང་པོ་ནི། ལུང་གི་རྗེས་སུ་འབྲང་བའི་སེམས་ཅམ་བས། ཡུམ་གྱི་  
མདོ་ལས། གང་ཡང་དག་པར་སྟོན་མེད་པ་ལ་ཞུགས་པར་གྱུར་པ་དེ་དག་ལ་  
ནི་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་མཐུ་  
མེད་དོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དེ་དག་གིས་འཁོར་བའི་རྒྱུ་གྱི་མཆོམས་བཅད་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་པ་དང་། དགོངས་འགྲེལ་ལས། ཉན་ཐོས་ཀྱི་རིགས་ཀྱི་  
གང་ཟག་ཞི་བ་བསྐྱོད་པ་གཅིག་ལུ་པ་ནི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་བརྩོན་པ་  
དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྒྲིང་པོ་ལ་བཞག་སྟེ། སྒྲ་ན་མེད་པར་  
ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་མཐུ་མེད་དེ། །དེ་

ཅིའི་བྱིར་ཞེ་ན། འདི་ལྟར་དེ་ནི་སྙིང་རྩེ་ཤིན་ཏུ་ཆུང་བ་དང་། འཁོར་བའི་སྐྱབ་  
 བསྐལ་གྱིས་ཤིན་ཏུ་འཇིགས་པའི་བྱིར་དང་། རང་བཞིན་གྱི་རིགས་དམན་པ་  
 ཁོ་ནའོ། །ཞེས་དང་། སྒོ་གྲོས་མི་བད་པས་བསྟན་པའི་མདོ་ལས་ཀྱང་། གསུམ་  
 པོ་འདི་དག་ནི་དེས་པར་འབྱེན་པར་བྱེད་པའི་བྱིར་ཐེག་པ་ཡིན་ནོ། །འདི་ལྟ་  
 གྱེ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་དང་རངས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་པ་དང་ཐེག་པ་ཆེན་  
 པོའོ། །ཞེས་པ་དང་། ལང་གཤེགས་ལས། ལྷའི་ཐེག་དང་ཆངས་པའི་ཐེག་། དེ་  
 བཞིན་དུ་ནི་ཉན་ཐོས་དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་དང་རང་རྒྱལ་གྱི། ཐེག་པ་  
 འདི་དག་ངས་བཞད་དོ། །ཞེས་པའི་མདོ་རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་མཐར་ཐུག་  
 ཐེག་པ་གསུམ་དུ་བྱུང་པར་འདོད་དེ། དེ་ལྟར་འདོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་།  
 ལུང་གི་གཙུ་པོ་མདོ་སྡེ་དགོངས་འགྲེལ་ལ་བརྟེན་ནས་གཞན་དབང་དང་  
 ཡོངས་བྱུང་གཉིས་སོ་སོ་ནས་དོན་དམ་པར་བྱུང་པས། སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་  
 ལ་ཁམས་མི་འདྲ་བ་བདེན་བྱུང་གསུམ་དང་། དེ་ལས་གནས་སྐབས་མོས་པ་  
 མི་འདྲ་བ་བདེན་བྱུང་གསུམ་དང་། དེ་ལས་འབྲས་བུ་བྱང་ཆུབ་མི་འདྲ་བ་  
 བདེན་བྱུང་གསུམ་སོ་སོར་ཐོབ་པར་འདོད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཡིན་ལ།  
 ལུགས་འདི་ལ་སངས་རྒྱ་མི་སྲིད་པའི་སེམས་ཅན་ཡོད་པར་བཞེད་དོ། །འོན་  
 ཀྱང་མཐར་ཐུག་ཐེག་པ་གཅིག་ཏུ་བྱུང་པར་མདོ་ལས་གསུངས་པ་དང་མི་  
 འགལ་ཏེ། དགོངས་གཞི་དགོངས་པ་དངོས་ལ་གཞོད་བྱེད་གསུམ་གྱི་སྒོ་ནས་



བྱང་དོན་དུ་འགྲེལ་བའི་ཕྱིར། དེའི་དགོངས་གཞི་ཡོད་དེ། བཟོད་བྱའི་ཐེག་པ་  
གསུམ་གྱི་ཆོས་དབྱེངས་ནམ་མཁའ་ལྟར་རིགས་ཐ་དད་པ་མེད་པ་དང་།  
བཟོད་པ་པོའི་ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་གང་ཟག་གིས་བདག་མེད་རྟོགས་པ་ཡོད་  
པར་མཆུངས་པ་དང་། སྤྱག་ཀྱན་སྤངས་པའི་རྣམ་གྲོལ་ལམ་ཡོད་པར་  
མཆུངས་པ་དང་། ཉན་ཐོས་ཁ་ཅིག་འཆང་རྒྱ་བས་རིགས་ཐ་དད་པ་གཉིས་  
ཀྱང་ལམ་གཅིག་ཏུ་འཇུག་པ་ཡོད་པར་མཆུངས་པ་དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་  
པས་སྡོན་བདག་གིས་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྦྱོད་པ་སྦྱད་པས་སངས་རྒྱས་སོ་སྣམ་  
དུ་དགོངས་པ་བཞིན་དུ། ཉན་རང་འགའ་ཞིག་ཐེག་ཆེན་དུ་ཞུགས་ནས་ཕྱིར་  
སྤྱང་སྟེ་དམན་པའི་བྱང་ཆུབ་མངོན་དུ་བྱས་པའི་ཆེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཐུས་  
བདག་གིས་སྡོན་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྦྱོད་པ་སྦྱད་པས་འཆང་རྒྱའོ་སྣམ་པའི་  
བསམ་པ་མཆུངས་པ་ཐང་ཅིག་ཅམ་རྟེན་པ་སྤིང་པ་དང་། སྤྱལ་པའི་ཉན་ཐོས་  
གདུལ་བྱའི་དོན་དུ་ལན་དུ་མར་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་ བས་བྱ་ངན་ལས་འདའ་  
ཚུལ་བསྟན་པ་དང་། མཐར་ཐུག་པའི་ཐེག་པ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་པ་ལས་  
གཞན་མེད་པ་སྟེ་དགོངས་གཞི་དེ་བདུན་ལ་དགོངས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། མདོ་སྡེ་  
རྒྱན་ལས། ཆོས་དང་བདག་མེད་རྣམ་གྲོལ་རྣམས། །མཆུངས་ཕྱིར་རིགས་ནི་  
ཐ་དད་ཕྱིར། །བསམ་གཉིས་ཐོབ་ཕྱིར་སྤྱལ་པའི་ཕྱིར། །མཐར་ཐུག་ཕྱིར་ན་  
ཐེག་གཅིག་ཉིད། །ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། དགོས་པ་ཡོད་དེ། ཐེག་དམན་དུ་

རིགས་མ་ངེས་པ་ཁ་ཅིག་ཐེག་ཆེན་དུ་བྱང་བར་བྱ་བ་དང་། ཐེག་ཆེན་དུ་  
 རིགས་མ་ངེས་པ་ཁ་ཅིག་ཐེག་དམན་ལམ་དུ་མི་ལྟུང་བར་བྱ་བའི་ཆེད་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། ཁ་ཅིག་དག་ནི་བྱང་ཕྱིར་དང་། །གཞན་དག་རྗེས་  
 སུ་བཟུང་བའི་ཕྱིར། །རྗོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་ནི། །མ་ངེས་  
 རྣམས་ལ་ཐེག་གཅིག་བསྟན། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། དངོས་ལ་གཞོད་  
 བྱེད་ཡོད་དེ་མདོ་སྡེ་དགོངས་འབྲེལ་ལ་སོགས་པའི་ལུང་དང་། །གཞན་དབང་  
 དང་ཡོངས་བྱུང་གཉིས་སོ་སོར་བདེན་བྱུང་ཏུ་སྐྱབ་པའི་རིགས་པས་གཞོད་  
 པའི་ཕྱིར། །ཞེས་འདོད་དོ།

༥ གཉིས་པ་ལ་མཐར་ཐུག་ཐེག་པ་གཅིག་ཏུ་བྱུང་བར་འདོད་པའི་ཚུལ་  
 རྣམ་པར་གཞག་པ་ནི། ལང་ཀར་གཤེགས་པ་ལས། སྒོ་གྲོས་ཆེན་པོ་ཉན་  
 ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་རྣམས་ནི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པས་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་མ་ཡིན་ཀྱི་  
 འོན་ཀྱང་དེ་དག་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མཐར་ཐུག་པའོ། །ཞེས་པ་དང་། དམ་  
 ཆོས་པད་དཀར་ལས། །ལྷ་རིའི་བྱ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་རྩུན་གསུང་པ་མི་  
 འདའ་འོ། །ལྷ་རིའི་བྱ་ཐེག་པ་ནི་གཅིག་ཁོ་ནར་ཟད་དེ། འདི་ལྟ་སྟེ་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་པའོ། །ཞེས་པ་དང་། བྱང་སྒྲོང་ཆེན་པོས་ཐེག་པ་གསུམ་བསྟན་  
 པ། །རྣམ་འབྲེན་རྣམས་ཀྱི་ཐབས་ལ་མཁས་པ་སྟེ། །ཐེག་པ་གཅིག་སྟེ་གཉིས་  
 སུ་ཡོད་མ་ཡིན། །བསྟེ་བའི་དོན་དུ་ཐེག་པ་གསུམ་བསྟན་ཏོ། །ཞེས་པ་དང་།

དཔལ་སྤེང་གི་མདོ་ལས། ཡོངས་སུ་ཐུང་ན་ལས་འདས་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་  
དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཐབས་མཁས་པའོ། །ཞེས་སོགས་ལུང་དུ་མ་  
ལ་བརྟེན་ནས། དབུ་མ་པས་མཐར་ཐུག་ཐེག་པ་གཅིག་དུ་གྱུབ་པར་བཞེད་ལ།  
དེ་ལྟར་ནའང་མཐར་ཐུག་ཐེག་པ་གསུམ་དུ་གྱུབ་པར་སྟོན་པའི་མདོ་དང་མི་  
འགལ་ཏེ། དགོངས་གཞི་དགོས་པ་དངོས་ལ་གཞོད་བྱེད་གསུམ་གྱིས་བྱང་  
དོན་དུ་འབྲེལ་བའི་སྤྱིར། དགོངས་གཞི་ཡོད་དེ། གནས་སྐབས་ཐེག་པ་སོ་  
སོར་རིགས་ངེས་པ་གསུམ་ཡོད་པ་ལ་དགོངས་པའི་སྤྱིར། དགོས་པ་ཡོད་དེ།  
དེད་དཔོན་ཐབས་མཁས་པས་ལམ་རིང་པོས་དུབ་པའི་འགྲོན་པོ་དབུགས་  
དབྱུང་བའི་ཆེད་དུ་རྒྱ་མཚོའི་སྤིང་དུ་གྲོང་ཁྱེར་སྤྲུལ་ནས་རིན་པོ་ཆེའི་སྤིང་དུ་  
སྤྱིན་པའི་ཐབས་བྱེད་པ་ལྟར། འཁོར་བའི་ལམ་གྱིས་དུ་བསྟེ་དང་པོར་ཐེག་  
ཆེན་ལམ་དུ་འཇུག་མི་འདོད་པ་འགའ་ཞིག་དམན་པའི་ཐུང་འདས་སུ་འཁྲིད་  
པ་དང་། བྱེད་པར་སེམས་ཅམ་པའི་རིགས་ཅན་རྗེས་སུ་བབྱང་བའི་ཆེད་ཡིན་  
པའི་སྤྱིར། དངོས་ལ་གཞོད་བྱེད་ཡོད་དེ། སྤར་བ་ཤད་པའི་ལུང་དེ་རྣམས་  
དང་། གཞན་ཡང་ལུང་དུ་མ་དང་། རིགས་པ་དུ་མས་ཀྱང་གཞོད་པའི་སྤྱིར།  
རིགས་པས་གཞོད་པའི་ཚུལ་ཡོད་དེ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སེམས་  
དོན་དམ་པར་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་ཅིང་། འི་མ་སྟོ་བྱར་བ་འབྲལ་བྱང་དུ་  
གནས་པ་དང་། ཆགས་སོགས་ཉོན་མོངས་ཀྱི་རྩ་བ་ལུང་སོགས་བདེན་པར་

འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་དེ་ཉིད། ཐག་ཁ་ལ་སྐྱལ་དུ་འཛིན་པའི་སྒོ་ལྟར་ཅ་བ་  
མི་བཏྟན་པའི་བྱིར། དེ་ལྟར་ཡང་རྒྱུད་སྒྲིའི་འབྲེལ་པར། རང་བཞིན་གྱིས་རྣམ་  
པར་དག་པའི་རིགས་ཡོད་པའི་བྱིར་འགའ་ཡང་གཏྟན་རྣམ་པར་དག་པར་མི་  
འགྱུར་བ་ནི་འོས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཐོག་མེད་གྱུར་ཀྱང་ཐ་མ་དང་ལྡན་པ། །རང་  
བཞིན་གྱིས་དག་ཏྟག་པའི་ཚས་ཅན་བྱིར། །ཐོག་མེད་སྐབས་ཀྱི་བྱི་སྐྱེ་བ་མི་  
མཐོང་སྟེ། །རི་ལྟར་གསེར་གྱི་གཟུགས་ནི་སྐྱེ་བ་བཞིན། །ཞེས་གསུངས་  
པའི་བྱིར།

### འཁོར་མཐའ་ལ་དབྱེད་པ།

གཉིས་པ་འཁོར་བ་ལ་མཐའ་ཡོད་མེད་ལ་གཉིས། ཡོད་པར་འདོད་  
པའི་ལུགས་དང་། མེད་པར་འདོད་པའི་ལུགས་སོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། ལུང་  
དང་རིགས་པའོ། །དང་པོ་ནི་འཁོར་བ་ལ་མཐའ་ཡོད་དེ། མཐར་ཐུག་ཐེག་པ་  
གཅིག་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཆང་རྒྱ་བར་བཤད་པའི་ལུང་རྣམས་  
དང་། གཞན་ཡང་རིགས་པ་དང་འབྲེལ་བའི་ལུང་ནི། རི་སྐྱད་དུ། རི་ལྟར་ས་  
བོན་མཐའ་མཐོང་ཞིང་། །ཞེས་སོགས་དང་། ཡང་། ས་བོན་ཐོག་མཐའ་ཡོད་  
མིན་ཀྱང་། །མེས་བསྐྱེད་པ་ན་བྱི་མཐའ་མཐོང་། །དེ་བཞིན་འཁོར་བ་ཐོག་  
མེད་ཀྱང་། །བདག་མེད་མཐོང་བས་བྱི་མཐའ་མཐོང་། །ཞེས་སོགས་གྱིས་  
གྲུབ་པའི་བྱིར། རིགས་པས་གྲུབ་སྟེ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཆང་རྒྱ་དེས་

ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུ་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་ཀྱིས་  
ཁྱབ་པའི་ཕྱིར་དང་། རི་མ་སྒོ་བྱར་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། འཁོར་བ་  
ལ་མཐའ་ཡོད་དེ། འཁོར་བ་ལ་སྤྱི་མཐའ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འཁོར་  
བའི་རྩ་བར་གྱུར་བའི་བདག་འཛིན་འཛོམས་པའི་གཉིན་པོ་བདག་མེད་མངོན་  
སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྒྱན་སྒྲུང་ལས།  
འཁོར་བ་ཡང་བདག་མེད་པ་ལ་སོགས་པའི་གཉིན་པོའི་རྟོགས་མངོན་དུ་  
གྱུར་བ་ན་འགྲིབ་པའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བའི་རང་བཞིན་གྱི་གཏན་  
ཆིགས་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་འཁོར་བ་རྒྱན་ཆད་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་  
ཕྱིར་དང་། གཞན་ཡང་། རྣམ་འབྲེལ་ལས། འགྲིབ་དང་སྤུལ་བྱུང་བསྟེན་པ་  
ཀུན། །མི་མཐུན་རྟོགས་དང་བཅས་ཉིད་ཕྱིར། །དེ་གོམས་པ་ལས་བདག་  
འགྱུར་བས། །ལ་ལར་ཟག་པ་བྱེད་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
ཚུལ་འདི་ནི། ཨ་མྱེ་ཀ་ར་སོགས་མཁས་གྲུབ་དུ་མ་དང་། བྱད་པར་རྒྱལ་ཆ་བ་  
ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་བཞེད་ལ། དེ་ཡང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཆང་རྒྱ་  
བས་འཁོར་བ་སྟོང་པའི་དུས་བརྟག་པ་མཐའ་བྱུང་ཅམ་དུ་ཡོད་པ་ལ་  
དགོངས་བར་གསལ་ལོ། །དེས་ན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཆང་རྒྱ་བར་  
སྐྱབ་པའི་རིགས་པ་ཡང་འདིར་འདུས་པ་ཡིན་ཏེ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
འཆང་རྒྱན་འཁོར་བ་མཐའ་ཡོད་དགོས་པར་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རྣམ་བཤད་



ལས། ཁ་ཅིག་འཁོར་བ་ལ་སྤྱི་མཐའ་མེད་ལ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་  
རྒྱལ་ཞེས་ཟེར་བ་ནི་འགལ་བའི་ཁུར་འབའ་ཞིག་གོ། ཞེས་གསུངས་པའི་  
སྤྱིར།

༺ གཉིས་པ་མཐའ་མེད་པར་སྐྱབ་པ་ལ་གཉིས། ལུང་དང་རིགས་  
པའོ། །དང་པོ་ནི། སྤྱད་པ་ལས། མ་རིག་འབྱུང་འཁོར་འདི་ལ་ཟད་མེད་འཕེལ་  
བ་མེད། །ཅེས་པ་དང་། མདོ་ལས། རྣམ་མཁའི་མཐར་ཐུག་གྱུར་པ་རི་ཅམ་  
པར། །སེམས་ཅན་མ་ལུས་མཐའ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ། །ཞེས་པ་དང་། འཁོར་བ་  
ཐོག་མ་ཐ་མ་མེད། །ཅེས་སོགས་ཀྱིས་འགྲུབ་ལ། རིགས་པ་ནི། འཁོར་བ་ལ་  
མཐའ་མེད་དེ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཆང་རྒྱ་བ་སྤྱི་དུ་ཆུག་ཀྱང་། དུས་  
འདི་ཅམ་ན་སེམས་ཅན་གཅིག་ཀྱང་མི་སྤྱི་དེས་པའི་མཆམས་འཛིན་པར་  
མི་རྣམས་པའི་སྤྱིར། གལ་ཏེ་རྣམས་ན། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དུས་མཉམ་དུ་  
སངས་རྒྱས་པ་མི་སྤྱི་ལ། རིམ་གྱིས་རྒྱ་བས་དེའི་ཆེ་སངས་རྒྱས་སྤྱི་མ་  
རྣམས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་མ་བྱས་པར་སངས་རྒྱས་པར་  
ཐལ་བར་འགྱུར་པའི་སྤྱིར། གཞན་ཡང་། འཁོར་བ་ལ་མཐའ་མེད་དེ། དེ་ལ་  
ཐོག་མའི་མཐའ་ཡོད་ན་རྒྱ་མེད་དུ་འགྱུར་ལ། སྤྱི་མའི་མཐའ་ཡང་མེད་པའི་  
སྤྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་གངས་མེད་པ་བྱོན་ནས་སེམས་ཅན་གངས་  
མེད་པ་ཞིག་མུང་འདས་ལ་བཀོད་ཀྱང་། སེམས་ཅན་ཉིང་དུ་མ་སོང་ཞིང་

མཐའ་ཡས་པའི་སྤྱིར། དཔེར་ན། རྣམ་མཁའ་ལ་མཐའ་མེད་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་  
ལྟར་ཡང་། འགྲེལ་ཆེན་ལས། སངས་རྒྱས་རེ་རེ་བྱང་བ་སེམས་ཅན་གངས་  
མེད་པ་ཡོངས་སུ་སྤྱངན་ལས་འདའ་མོད་ཀྱི། དེ་ལྟར་ནའང་འཁོར་བ་ལ་བྱང་  
བ་མེད་པས་མཐའ་ཡས་པའི་སྤྱིར། རྣམ་མཁའ་དང་འབྲས་ལྷོ། ཞེས་གསུངས་  
པའི་སྤྱིར། འོན་མཐའ་ཡོད་མེད་གཉིས་ཀ་ཅིག་ཅར་དུ་རང་ལུགས་སུ་མི་རུང་  
བས་གང་འདོད་ཅེ་ན། འདི་ལ་གསེར་འབྲེང་ལྟར་ན་གང་ཁས་སྦངས་ཀྱང་དོན་  
འབྲས་བར་མཛོན་ལ། རྣམ་བཤད་ལས། སྤྱི་མཐའ་ཡོད་པས་མཐའ་ཡོད་དུ་སྐྱབ་  
པ་ལྟར་ཁས་ལེན་པ་གོང་དུ་བསྐྱབས་བཅིན་པ་ལྟར་རོ། །འདི་ནི་རྗེ་འཇིག་འགོངས་  
པ་ཡང་ཡིན་པར་མཛོན་ཏེ། ཅེ་ཤེའི་རབ་བྱེད་བཅུ་གཅིག་པའི་རྣམ་བཤད་  
ལས། བཞི་བརྒྱ་པའི་ལུང་སྒར་བཤད་པ་དེ་བྱངས་ཤིང་སྐྱབ་པར་མཛོད་པའི་  
སྤྱིར། འོན་ཀྱང་དེ་གཉིས་གང་ཁས་སྦངས་ཀྱང་དགོངས་གཞི་མཐར་ཐུག་མི་  
འགལ་བར་སེམས་ཏེ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱ་བར་འདོད་ཀྱང་།  
དུས་ནམ་གྱི་ཆེ་འཆང་རྒྱ་བའི་མཐའ་བྱང་བར་མི་རུས་པའི་སྤྱིར།

ཉན་རང་དགྲ་བཅོམ་ཐེག་ཆེན་ལམ་དུ་འཁྱག་ཕྱེ།

གསུམ་པ་ཐེག་དམན་དགྲ་བཅོམ་པ་ལམ་གང་ནས་ཐེག་ཆེན་དུ་  
འཁྱག་པ་ནི། ཐེག་ཆེན་ཆོགས་ལམ་དུ་ངེས་ཏེ། ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་ཅན་  
རྣམས་ཀྱིས་འཆང་རྒྱ་བ་ལ་བསྐྱལ་བ་གངས་མེད་གསུམ་དུ་ཆོགས་གསོག་

པར་བྱེད་པས། དེ་ལྟར་ན། དེས་ཀྱང་གངས་མེད་གསུམ་གྱི་ཚོགས་གསོག་  
དགོས་ཤིང་། དེའི་ཐོག་མ་ཡང་ཐེག་ཆེན་ཚོགས་ལམ་ནས་རྩོམ་དགོས་པའི་  
བྱིར་དང་། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་འདུག་སྒོ་ཡིན་པ་  
སོགས་བསྐྱབས་བཅུན་པའི་བྱིར།

༥ གསུམ་པ་རྩོད་པ་སྒྲོང་བ་ལ་ཁ་ཅིག ཉན་ཐོས་བྱེ་བྲག་སྐྱབས་མཐར་  
ཐུག་ཐེག་པ་གསུམ་དུ་གྲུབ་པར་འདོད་པར་ཐལ། དེས་མཐར་ཐུག་ཉན་ཐོས་  
རང་རྒྱལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་པ་གསུམ་གྲུབ་པར་འདོད་པའི་བྱིར། ཟེར་ན།  
མ་ཁྲབ་སྒྲུབ་སྟེ། མཐར་ཐུག་ཐེག་པ་གསུམ་དུ་གྲུབ་པར་འདོད་ཅེས་པ་ནི།  
མཐར་ཐུག་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཐེག་པ་གྲུབ་པར་འདོད་པ་ཞིག་ཡན་ལག་ཏུ་དགོས་  
པའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་བྱིར། དབྱེད་དོ། །ཁ་ཅིག བྱང་གི་རྩེས་འབྲང་གི་  
སེམས་ཅམ་པས་མཐར་ཐུག་ཐེག་པ་གཅིག་ཏུ་གྲུབ་པར་འདོད་པར་ཐལ།  
དེས་མཐར་ཐུག་ཐེག་པ་གཅིག་ལས་མེད་པར་འདོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ།  
དེས་མཐར་ཐུག་པའི་ཐེག་པ་གཅིག་ལས་མེད་པར་འདོད་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་  
མ་ཁྲབ་སྟེ། དེས་མཐར་ཐུག་པའི་ཐེག་པ་གཅིག་ལས་མེད་པ་དེ་མཐར་ཐུག་  
ཐེག་པ་གཅིག་ཏུ་གྲུབ་པར་སྟོན་པའི་མདོའི་དགོངས་གཞིར་འདོད་པའི་བྱིར་  
གསུངས་ན། དེ་ཞིག་དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེས་མཐར་ཐུག་པའི་ཐེག་པ་  
གཅིག་ལས་མེད་པར་མི་འདོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེས་མཐར་ཐུག་པའི་

སངས་རྒྱལ་གྱི་ཐེག་པ་གཅིག་ལས་མེད་པར་མི་འདོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
མཐར་ཐུག་པའི་རྣམ་མཁྱེན་དུ་མ་ཡོད་པར་འདོད་པའི་ཕྱིར། བྱ་སྟེ། རྣམ་  
མཁྱེན་ཡིན་ན། ཐེག་པ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། ཐེག་པ་  
ཆེན་པོ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སྟོབ་དཔོན་སེལ་བཟང་པོས་མཐར་  
ཐུག་པའི་ཐེག་པ་གསུམ་གྲུབ་པར་མི་འདོད་པར་ཐལ། དེས་མཐར་ཐུག་པའི་  
ཐེག་པ་གསུམ་དུ་གྲུབ་པར་མི་འདོད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྱལ། ཏྲགས་དེར་  
ཐལ། མཐར་ཐུག་པའི་ཐེག་པ་གསུམ་དུ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མཐར་  
ཐུག་པའི་ཐེག་པ་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་གཅིག་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། དེ་ཞིག་གོ། ཁ་ཅིག་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱ་ཡང་འཆང་  
རྒྱ་དེས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སངས་རྒྱ་རྒྱ་དེས་ཡིན་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། སྤྱིར་སངས་རྒྱ་ན་འཆང་རྒྱ་དེས་ཡིན་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར། མ་  
གྲུབ་ན། སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་ཁོང་ཁྱོས་འཛོམས་དེས་ཀྱི་དགོ་བ་ཆོས་  
ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱལ་སྤྱ་འགྲུར་རུང་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སེམས་  
ཅན་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་དགོ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་བུས་ཏེ། སངས་རྒྱལ་སྤྱ་  
འགྲུར་བ་མི་སྤྱིད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཁོང་ཁྱོས་གཏན་ནས་འཛོམས་དེས་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། དབྱུང་པར་བྱའོ། །ཁ་ཅིག་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་

སངས་རྒྱ་བར་སྤྱིར་ཐག་ཚད་ཀྱང་། དུས་ནམ་གྱི་ཆེ་སངས་རྒྱ་བ་ཐག་ཚད་  
 པ་མི་སྤྱིད་པར་ཐལ། དེ་འཆང་རྒྱ་ཡང་དུས་འདི་ཙམ་ནས་སངས་རྒྱ་བ་ངེས་  
 ཅན་དུ་མི་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། ཚིག་ལ་བརྟེན་ན། མ་བྱུབ་སྟེ། སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་པའི་དུས་སུ་དེ་སངས་རྒྱས་སོ་ཞེས་འོལ་སྤྱི་  
 ཙམ་དུ་ཁས་ལེན་རིགས་པའི་ཕྱིར། འོན་ཀྱང་དོན་ལ་དེ་ལྟར་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 མི་སེམས་སོ། །ཁ་ཅིག་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་པའི་དུས་སུ་  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་མ་རྒྱས་པར་ཐལ། དེ་སངས་རྒྱས་པའི་དུས་  
 སུ་སངས་མ་རྒྱས་པའི་སེམས་ཅན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། དེ་ཞིག་མ་བྱུབ།  
 ཁོ་ན་རེ། བྱུབ་སྟེ། དེའི་དུས་སུ་ཡོད་པའི་སེམས་ཅན་ཡོད་ན། དེ་ཡང་སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། དངོས་པོ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུའི་དུས་སུ་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་ཐལ། དེའི་དུས་  
 སུ་ཡོད་པའི་དངོས་པོ་སྤྱིད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་དུས་སུ་དེའི་རྒྱ་དངོས་  
 པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་བྱུབ་ན། དེ་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ཆོན་མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ་ལོ། །གོང་དུ་འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་ཅིག་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 ནང་ཆོན་ཡོད་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཀྱི་དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། བདེ་  
 འགྲོ་བ་དང་ངན་འགྲོ་བ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ཆོན་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར།  
 འདོད་ན། བདེ་འགྲོ་བའི་ནང་ཆོན་དང་ངན་འགྲོ་བའི་ནང་ཆོན་ཀྱི་གཞི་མ་ཐུན་



ཡོད་པར་ཐལ་ལོ། །ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། ཁ་ཅིག་ འཁོར་བ་ལ་ཐོག་མའི་མཐའ་  
མེད་པར་ཐལ། ཁྱོད་གྱི་དམ་བཅའ་འཐད་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། དེ་ཡོད་པར་  
ཐལ། འཁོར་བའི་ཐོག་མ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། ཁ་ཅིག་མ་ཁྲབ་ཟེར་ན། ཏྲགས་དེར་  
ཐལ། སྤྱི་བའི་ཐོག་མ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། ཆེ་འདིའི་སྤྱི་བའི་ཐོག་མ་  
ཡོད་པའི་སྤྱིར། གཞན་ཡང་། སྤྱི་བའི་ཐོག་མ་ཡོད་པར་ཐལ། སྤྱི་བའི་སྐད་  
ཅིག་སྟོན་མ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། སྤྱི་བ་དེ་རང་གི་རིགས་འདྲ་སྤྱི་མ་  
ལས་བྱང་བའི་སྤྱིར། གཞན་ཡང་། སྤྱི་བའི་ཐོག་མ་ཡོད་པར་ཐལ། ཡན་ལག་  
བཅུ་གཉིས་གྱི་ཐོག་མ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། དེ་བཅུ་གཉིས་གྱི་ཐོག་མར་  
གྱུར་པའི་མ་རིག་པ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། ཟེར་རོ། །ཁ་ཅིག་ འཁོར་བ་སྟོང་པའི་  
དུས་སྤིད་པར་ཐལ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱ་ཞིང་འཁོར་བའི་སྤྱི་  
མཐའ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་རྒྱུན་ཆད་སྤིད་  
པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྤྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། རྒྱུན་ལས། དེ་བཞིན་འཁོར་  
བ་ཇི་སྤིད་འདིའི། །ལས་ནི་རྒྱུན་མི་ཆད་པར་འདོད། །ཅེས་གསུངས་པའི་  
སྤྱིར། ཁོ་ན་རེ། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་མཐའ་དག་  
སངས་རྒྱས་པའི་ཆེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་འཇུག་ཡུལ་མེད་པའི་སྤྱིར།  
དེར་ཐལ། དེའི་ཆེ་སེམས་ཅན་མེད་པའི་སྤྱིར། ཟེར་ན། སྟོན་མེད་དེ། སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་འཆང་རྒྱ་ཡང་། དུས་འདི་ཙམ་ནས་སེམས་ཅན་གཅིག་གྱུང་

ཡོད་མི་སྲིད་ཅེས་པའི་མཆ་མས་འཇིན་མི་རིགས་པར་བསྒྲུབས་ཟིན་པའི་  
 ཕྱིར། ཁ་ཅིག་འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་འདི་པན་ཆད་དུ་མེད། འདི་ཚུན་ཆད་  
 དུ་ཡོད་ཅེས་མཆ་མས་འཇིན་མི་རིགས་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་  
 ཕྱིར། རེ་ཞིག་འདོད་བྱས་པར། དེ་འཇིན་རིགས་པར་ཐལ། དེ་སངས་རྒྱས་  
 པ་པན་ཆད་དུ་མེད། དེ་ཚུན་ཆད་དུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། འོན་དུ་མ་བྲལ།  
 ཁ་ཅིག་འཁོར་བ་ལ་མཐའ་མེད་པར་ཐལ། འཁོར་བ་ལ་མཐའ་མེད་པའི་རྒྱ་  
 མཆན་གྱིས་འཁོར་བ་བདེན་པས་སྟོང་བ་དེ་ཐོག་མ་དང་ཐ་མེད་པ་སྟོང་བ་  
 ཉིད་དུ་འཇོག་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་གྲུབ་སྟེ། དེ་ནི་འཁོར་བའི་མཐའ་སོ་སྟེ་  
 རང་འགའ་བས་རྩི་བཞིན་ངེས་མི་རྒྱས་པར་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་  
 ཅིག་ན་རེ། སེམས་ཅན་གཏན་ནས་མེད་པ་སྲིད་པར་ཐལ། སེམས་ཅན་  
 ཐམས་ཅད་འཆང་རྒྱ་བ་སྲིད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སེམས་ཅན་ནམ་ཡང་མེད་  
 པ་སྲིད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། རྣམ་བཤད་ལྟར་ན་མི་འདོད་ལ།  
 རེ་ཞིག་འདོད་ཀྱང་མི་འགའ་སྟམ་སྟེ། དེ་ལ་ནམ་ཡང་ཡོད་མ་སྟོང་བར་ཐལ་  
 བ་འཕེན་ན་མ་བྲལ་ཅེས་བྱའོ། །དེ་ལ་ཁོ་ན་རེ། ཁྱོད་ཀྱིས་དེ་སྐད་སྒྲ་བར་མི་  
 རིགས་པར་ཐལ། རྣམ་བཤད་ལས་དངོས་སུ་གསུངས་པ་ལས་འགའ་ན་ཏ་  
 ཅང་ཐལ་བའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། བདེན་མོད། འོན་ཀྱང་དགོངས་པ་བཙལ་དགོས་  
 པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན། སེམས་ཅན་སངས་རྒྱས་པའི་ཆེ་དེ་ཡོད་པར་

ཐལ། རྣམ་བཤད་ལས། ཁྱོད་སངས་རྒྱས་པ་ཡོད་ན་ཁྱོད་མེད་པར་འགལ་  
ལོ། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། འདོད་ན་བཀག་ཅིན་ཅིང་། སེམས་ཅན་དང་  
སེམས་ཅན་ཡོད་པ་གཉིས་ཡུལ་དུས་གང་ལ་སྟོས་ཏེ་རང་བཞིན་གཅིག་ཡིན་  
པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། སེམས་ཅན་དང་སེམས་ཅན་མི་རྟག་པ་གཉིས་ཡུལ་  
དུས་རང་བཞིན་གང་ལ་སྟོས་ཏེ་གྲུབ་སྡེ་རྫས་གཅིག་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་  
འཁོར་བ་ལ་མཐའ་ཡོད་མེད་འདོད་པའི་ལུགས་གཉིས་ཀ་འགོད་མི་རིགས་  
པར་ཐལ། འཁོར་བ་ལ་མཐའ་མེད་པར་འདོད་པའི་བྱིར། ཟེར་ན། སྐྱོན་མེད་  
དེ། འཁོར་བ་ལ་མཐའ་ཡོད་མེད་གཉིས་ཀའི་ལུགས་ཡོད་པར་མདོ་ལས་  
བཤད་པའི་དགོངས་བསྐྱབ་པར་འདོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། གསེར་འབྲེང་  
ལས། འཁོར་བ་ལ་མཐའ་ཡོད་མེད་གཉིས་ཀ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་གསུངས་  
ཤིང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་གྲུབ་མཐའ་འཛིན་པ་རྣམས་ཀྱིས་མཐར་ཡོད་མེད་  
གཉིས་ཀ་བསྟན་བཅོས་སུ་བཤད་ལ། ལྷོགས་གཉིས་ཀ་ལ་སྐྱབ་བྱེད་ཡོད།  
ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ ཐེག་དམན་དག་བཅོམ་པ་ཐེག་ཆེན་ལམ་  
དུ་འཇུག་པའི་ཆེས་བདུན་པ་ནས་འཇུག་པར་ཐལ། སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་  
རྟོགས་སྟོང་བའི་ཐེག་དམན་དག་བཅོམ་པ་ཐེག་ཆེན་ལམ་དུ་འཇུག་པའི་ཆེ་  
དེ་ནས་འཇུག་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དག་བཅོམ་པ་དེས་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་  
ལམ་མངོན་དུ་བྱེད་མི་དགོས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་

དུ་བདེན་པ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་ལྟར་དེས་ཀྱང་བདེན་པ་མངོན་སུམ་དུ་  
 རྟོགས་སྤྱོད་བའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་  
 ལས་དེ་བདེན་པ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་ཅམ་གྱི་སྒྲོ་ནས་བཞག་པ་མ་ཡིན་  
 བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོན་ཏན་བརྒྱ་ཕྱག་བཅུ་གཉིས་སོགས་ཐེག་ཆེན་གྱི་  
 བྱད་ཆོས་དུ་མས་བཞག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ ཐེག་ཆེན་ལས་དུ་འཇུག་  
 ཁ་མའི་ཉན་ཐོས་ཡོད་པར་ཐལ། ཉན་ཐོས་ཐེག་ཆེན་ལས་དུ་འཇུག་ཁ་མ་ཡོད་  
 བའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲལ། རྟགས་དེར་ཐལ། ཉན་ཐོས་ཐེག་ཆེན་ལས་དུ་  
 ཞུགས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་སངས་རྒྱས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་  
 མི་རུས་ཏེ། ལྷག་བསམ་ནམ་དག་རྒྱད་ལ་སྦྱེས་པའི་ཉན་ཐོས་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 ཁ་ཅིག་ན་རེ། འཕགས་པ་ཕྱང་གསུམ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། གོང་གི་དམ་བཅའ་  
 འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སྡེ་སྡོད་ཕྱང་གསུམ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་  
 ཕྱིར་ན། མ་ཁྲལ་གསུང་། འདོད་མི་རུས་ཏེ། སྡེ་སྡོད་བཞི་བ་མེད་ཅིང་། གྲུབ་  
 མཐའ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། ཡང་ན་འདིར་མ་ཁྲལ། རྟགས་དེར་  
 ཐལ། རྡོ་བོའི་གསུང་ལས། སངས་རྒྱས་པ་ལ་བཞི་བ་དང་། །སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པའི་  
 དགོངས་པ་མིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁོ་ན་རེ། སྡེ་སྡོད་བཞི་བ་ཡོད་  
 པར་ཐལ། སྡེ་སྡོད་བཞི་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲལ། རྟགས་དེར་ཐལ། སྡེ་  
 སྡོད་བཅུ་གཉིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གསུང་རབ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་

ཡོད་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ཐེག་དམན་དག་བཅོམ་གྱི་རྟོགས་པ་སྡོན་དུ་སོང་བའི་  
བྱང་སེམས་ཆོགས་ལམ་པ་དེ་ཐེག་ཆེན་དག་བཅོམ་པ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
ཐེག་ཆེན་གྱི་དག་བཅོམ་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཟེར་ན། དེ་ཞིག་མ་ཁྱབ། ཉགས་  
དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་པའི་དག་བཅོམ་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་ན། མ་ཁྱབ། ཁ་ཅིག་ན་  
རེ། དེ་ཐེག་ཆེན་དག་བཅོམ་པ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་མི་སློབ་པ་ཡིན་པའི་བྱིར།  
དེར་ཐལ། མི་སློབ་པའི་རྟོགས་པ་སྡོན་སོང་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཉན་  
ཐོས་དག་བཅོམ་པ་དེ་མི་སློབ་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། མཛོད་ལས། དེ་  
ཆེ་དེ་མི་སློབ་དག་བཅོམ། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར་ན། མ་ཁྱབ་སྟེ། དེ་ནི་  
ཐེག་པ་རང་ལམ་གྱི་མི་སློབ་པ་ཡིན་པ་ལ་དགོངས་པའི་བྱིར།

### འཁོར་ལོ་འི་སྒྱུར་བྱུང།

༥ བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་འཁོར་བ་ཇི་སྲིད་པར་སེམས་ཅན་  
གྱི་དོན་བྱེད་པར་ཁྱགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཉོན་མོངས་པ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་  
སྤངས་པ་མ་ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རང་བཞིན་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་སྐབས་སུ་  
མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ་ཁ་ཅིག་མ་རིག་པའི་བག་ཆགས་  
དེ། འདིར་ཉོན་མོངས་པ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་སྤངས་པ་མིན་ཞེས་པའི་  
དངོས་བསྟན་གྱི་ཉོན་མོངས་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔས་སྤང་བའི་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་སྤོང་དགོས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ།



ངས་ཤེས་སྒྲིབ་སྤང་བྱའི་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་སྤོང་དགོས་པའི་ཕྱིར། གཞན་  
 ཡང་། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། མ་རིག་པའི་བག་ཆགས་དེ་འདྲིར་བསྟན་ཉོན་  
 མོངས་ཡིན་ན། དེ་ཉོན་རང་སྤོབ་པ་རྣམས་ཀྱིས་གཙོ་བོར་སྤོང་དགོས་པ་  
 ལས། ཉོན་རང་སྤོབ་པས་དེ་གཙོ་བོར་མི་སྤོང་བའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ།  
 བྱང་སེམས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་དེས་འདྲིར་བསྟན་ཉོན་མོངས་གཙོ་བོར་མི་སྤོང་  
 བའི་སྒོ་ནས་ཉོན་རང་གི་ལམ་ལས་རང་བཞིན་གྱི་བྱད་པར་དུ་འཕགས་པ་ལ་  
 རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་དེར་ཐལ། ཉོན་རང་དགྲ་བཅོམ་  
 པས་མ་རིག་པའི་བག་ཆགས་མ་སྤངས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བག་ཆགས་དེ་  
 ཤེས་སྒྲིབ་སྤོང་བའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་མ་རིག་པ་དེ་འདྲིར་བསྟན་  
 ཉོན་མོངས་ཡིན་ཟེར་ན། འོ་ན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་མ་རིག་པ་དེ་གཞན་  
 རོན་སྐབ་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་སྦྱར་བར་བྱེད་པར་ཐལ། དེ་འདྲིར་བསྟན་ཉོན་  
 མོངས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། མ་རིག་པའི་དབང་གིས་གཞན་  
 རོན་བྱེད་མི་རུས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་འདྲིར་བཤད་པའི་ཉོན་མོངས་དེ་ཉོན་  
 མོངས་མཚན་ཉིད་པ་ཡིན་ཅིང་། དེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྐྱེ་བ་ལེན་པའི་  
 རྒྱར་ཡང་དགོས་སོ་ཞེ་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། བྱང་སེམས་འཕགས་པ་  
 བསམ་བཞིན་དུ་སྤོང་རྗེ་དང་སྤོན་ལམ་གྱི་དབང་གིས་སྐྱེ་བ་ལེན་གྱི། དེ་ཉོན་  
 མོངས་པའི་དབང་གིས་སྐྱེ་བ་ལེན་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཉོན་

མོངས་པའི་དབང་གིས་སྐྱེ་བ་ཡིན་ན་དེའི་དབང་གིས་ཀྱང་བ་དང་ན་བ་སོགས་  
ཀྱང་ཡོད་དགོས་པ་ལས་བྱང་སེམས་འཕགས་པ་ལ་དེ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་  
ཐལ། རྒྱུད་སྒྲ་མར། འཕགས་པས་ན་དང་ཀྱང་བ་དང་། །འཆི་བའི་སྤྱག་བསྐྱལ་  
ཅད་ནས་སྤངས། །ལས་དང་ཉོན་མོངས་དབང་གིས་སྐྱེ། །དེ་ལ་དེ་མེད་ཕྱིར་  
དེ་མེད། །ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། དེ་ལ་ཁོ་ན་རེ། བྱང་སེམས་འཕགས་པ་  
ཡིན་ན། ལས་ཉོན་གྱི་དབང་གིས་སྐྱེ་འཆི་མི་བྱེད་པས་ཁྱབ་པ་བདེན་ཡང་།  
དེའི་དབང་གིས་བྱང་བའི་སྐྱེ་འཆི་སྤངས་པས་མ་ཁྱབ་སྟེ། དེ་ལྟར་ཁྱབ་ན།  
བྱང་སེམས་འཕགས་པ་ཡིན་ན། ལས་ཉོན་གྱི་དབང་གིས་ཉིད་མཆོམས་  
སྒྲོར་བ་སྤངས་དགོས་པས་འཁོར་བ་ཡང་སྤངས་པར་འགྱུར་ལ། དེ་ལྟར་ན།  
བྱང་འཕགས་ལ་དག་བཅོམ་གྱིས་ཁྱབ་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། གསུང་ངོ། །ཁ་  
ཅིག་ བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོགས་ཡོངས་སུ་ཆོལ་བས་མི་ངོམས་པ་སོགས་རྒྱ་  
བརྒྱད་པོ་དེ། ཉོན་མོངས་དང་བྱེད་ལས་འབྲ་བས་སྐབས་འདིར་བསྟན་གྱི་  
ཉོན་མོངས་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་རྣམས་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔས་སྤང་བའི་གཙོ་བོར་བྱེད་དམ་མི་བྱེད་སྟམ་པའི་དོགས་པ་རྟོགས་ལྟན་  
ལ་མི་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་རྒྱལ་སྤྱི་གྱི་སྤྱོད་པ་ཁྱད་པར་ཅན་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། སྐབས་འདིར་བསྟན་གྱི་ཉོན་མོངས་དེ་

ཉོན་མོངས་མཆན་ཉིད་པ་ཡིན་ཀྱང་། དེ་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔས་གཙུག་པོར་  
 མི་སྤྱོད་བའི་རྒྱ་མཆན་ཡོད་དེ། བྱང་སེམས་འཕགས་པ་འདོད་ཁམས་སུ་  
 སྤྱོད་ཆེ་དང་སྤོན་ལམ་གྱི་དབང་གིས་སྐྱེ་བ་སྤངས་ནས་འཁོར་ལོ་བསྐྱར་རྒྱལ་  
 ལ་སོགས་པར་གྱུར་ཏེ་སྤྱི་སྤྱོད་སོགས་བསྐྱར་བ་ལ་འདོད་པའི་འདོད་  
 ཆགས་གཞན་དོན་སྐྱབ་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་སྐྱར་བར་བྱེད། གཟུགས་ཁམས་  
 སུ་སྐྱེས་ནས་གཟུགས་ཀྱི་འདོད་ཆགས་གཞན་དོན་སྐྱབ་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་  
 སྐྱར་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་དང་། གཟུགས་ཀྱི་  
 སས་བསྐྱས་པའི་འདོད་ཆགས་གཉིས་སྐབས་འདིར་བསྟན་པའི་ཉོན་མོངས་  
 དང་། དེ་དམན་ལམ་སྤོན་དུ་མ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་ཀྱིས་གཙུག་པོར་མི་སྤྱོད་  
 རྟེ། འགྲེལ་ཆེན་ལས། འདོད་པ་དང་སྤྱིད་པའི་ཟག་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། བསམ་  
 བཞིན་དུ་སྤྱིད་པར་སྐྱེ་བ་ལེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

༥ གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྤྱོད་བ་ལ། ཁ་ཅིག བྱང་སེམས་འཕགས་པ་སྤྱོད་  
 ཆེ་དང་སྤོན་ལམ་གྱི་དབང་གིས་སྐྱེ་བ་ལེན་པའི་རྒྱར་ཉོན་མོངས་དགོས་པར་  
 ཐལ། དེས་གཞན་དོན་སྐྱབ་པའི་ཡན་ལག་འགྲེལ་ཞིག་ཏུ་དེ་དགོས་པའི་ཕྱིར་  
 བ་མ་བྱུང་། ཁ་ཅིག བྱང་སེམས་འཕགས་པ་ཡིན་ན། ལས་ཉོན་གྱིས་སྤངས་  
 པའི་ལུས་སྤངས་པས་བྱུང་བར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་  
 བྱུང་། འདོད་ན། མི་འཐད་པར་ཐལ། ལས་ཉོན་གྱིས་སྐྱེ་བ་སྤངས་པའི་བྱང་

སེམས་སྒྲོར་ལམ་པ་དང་ལུས་རྟེན་གཅིག་པའི་བྱང་འཕགས་ཀྱི་ལུས་ཡོད་  
པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་སྒྲོར་ལམ་པའི་རྟེན་ལ་ཐེག་ཆེན་མཐོང་  
ལམ་དུ་འཇུག་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་དམན་ལམ་སྒྲོན་དུ་སོང་བའི་བྱང་  
སེམས་འཕགས་པ་འཁོར་ལོ་བསྐྱར་རྒྱལ་དུ་སྐྱེ་བ་ལེན་པ་མེད་པར་ཐལ།  
ཐེག་དམན་དགྲ་བཅོམ་པའི་རྟོགས་པ་སྒྲོན་དུ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་འཕགས་  
པ་འཁོར་ལོ་བསྐྱར་རྒྱལ་དུ་སྐྱེ་བ་ལེན་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ན། དེ་ཞིག་མ་ཁྲབ་  
སྟམ། རྟགས་དེར་ཐལ། དེས་འཁོར་ལོ་བསྐྱར་རྒྱལ་དུ་སྐྱེས་ནས་འདོད་པའི་  
འདོད་ཆགས་གཞན་དོན་སྐྱབ་པའི་ཡན་ལག་དུ་སྐྱར་བར་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། དེས་འདོད་ཆགས་སྤངས་ཅིན་པའི་ཕྱིར། གོང་དུ་འདོད་མི་རུས་ཏེ།  
ཐེག་དམན་གྱི་ཆོགས་ལམ་ཅམ་ཐོབ་ནས་ཐེག་ཆེན་ལམ་དུ་ཞུགས་པའི་བྱང་  
འཕགས་འཁོར་ལོ་བསྐྱར་རྒྱལ་དུ་སྐྱེ་བ་ལེན་པ་སྤིང་པའི་ཕྱིར། ཁོ་ན་རེ།  
འཁོར་ལོ་བསྐྱར་རྒྱལ་དུ་སྐྱེ་བ་སྤངས་ནས་སྤང་སོགས་བསྐྱེད་པ་ལ་  
ཉོན་མོངས་གྲོགས་སུ་མི་དགོས་པར་ཐལ། དབང་ཐོབ་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱིས་  
ཉོན་མོངས་པ་སྤངས་ཅིན་ཀྱང་སེམས་བསྐྱེད་ནས་གཞན་དོན་བྱེད་རུས་པའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། དཔེར་ན། རྒྱལ་བུ་གཞོན་ནུ་དོན་གྲུབ་ཀྱིས་ཉོན་མོངས་  
སྤངས་སུ་ཅིན་ཀྱང་སྤངས་སྤྱོད་གཅན་འཛིན་བསྐྱེད་པ་བཞིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
གསུང་ན། འདི་ལ་ནི་རི་ལྟར་ཡིན་གསལ་བར་བཤད་པ་གཞན་མ་མཐོང་

ཡང་། རྩེ་འི་རིམ་ལྔ་གསལ་སྒྲོན་ལྟར་ན་སྒྲུ་མ་ཉོན་མོངས་དགོས་པ་ནི་སྤྱིར་ལྟ་  
 པ་དང་། འདིར་དམིགས་བསལ་ལྟ་བུར་ཁས་ལེན་དགོས་པ་འདྲ་སྟེ། དེ་ལྟར་  
 མ་ཡིན་ན། ཐལ་འགྱུར་བའི་ལུགས་ལ་ས་བརྒྱད་པ་སོགས་ནས་ཉོན་མོངས་  
 སྤངས་ཅིན་པས། དག་ས་ལ་གནས་པའི་བྱང་སེམས་དང་སངས་རྒྱས་བཙུན་  
 ལྟན་འདས་ཀྱིས་མཛད་པ་བཙུ་གཉིས་ཀྱི་ཚུལ་སྟོན་པ་ཡོད་པར་གསུངས་པ་  
 དང་འགལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། འདིར་དོན་གྱི་རྩེ་ས་སུ་འབྲང་བའི་མཁས་  
 པས་དབྱེད་པར་འཆའ་ལོ། ཁ་ཅིག་ བྱང་སེམས་འཕགས་པས་འདོད་པའི་  
 ཉོན་མོངས་གཙོ་བོར་མི་སྤྲོད་ཞིང་ཉོན་མོངས་གཙོ་བོར་སྤྲོད་བའི་བྱེད་པར་  
 འཐད་པར་ཐལ། འགྲེལ་ཆེན་ལས། མ་རིག་པ་དང་ལྟ་བས་བསྐྱུས་པའི་བག་  
 ལ་ཉལ་ནི་སྤྲོད་གི། འདོད་པ་དང་སྲིད་པའི་ཟག་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར་ན། མ་བྱུང་བོ། །

ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས།

༥ གཉིས་པ་ལམ་ཤེས་བཞིན་བཤད་པ་ལ་གསུམ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་  
 ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས། རང་རྒྱལ་གྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས། བྱང་སེམས་  
 ཀྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། རོ་བོ་དང་། རང་  
 བཞིན་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་ནི། ལམ་ཤེས་ཉིད་ཀྱི་ཚུལ་ལ་ནི། །ཞེས་སོགས་ཀླང་པ་བཞི་



གསུངས་ཏེ། དེའི་དོན་འཆད་པ་ན་འབྲེལ་པར། དེ་ལ་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱི་བདེན་  
པའི་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་མི་རྟག་པ་དང་ཞེས་པ་ནས། དེ་ལྟར་ཡོངས་སུ་ཤེས་  
པར་བྱའོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས་ལ། གང་ལས་འབྲོས་པ་ཡོད་དེ། འདི་ལ་  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་ནི། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་  
པ་ཉིད་དང་ལྡན་པའི་སེམས་བསྐྱེད་པས་མི་དམིགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་  
གཟུགས་མི་རྟག་པར་ཡིད་ལ་བྱའོ། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་མདོ་ལས་འབྲོས་པའི་  
བྱིད།

འདི་ལ་གཉིས། ཅ་བའི་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་ནི། ལམ་  
ཤེས་རྟོགས་པར་བསྐྱོམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཚུལ་ལ་ནི། ཉན་ཐོས་ལམ་འདི་ཆོས་ཅན།  
ཁྱོད་ཇི་ལྟར་བསྐྱོམ་པའི་ཚུལ་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་  
པོ་དག་གི་རྣམ་པ་མི་རྟག་སོགས་བཅུ་དྲུག་པོ་བདེན་པར་མི་དམིགས་པར་  
རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་། སེམས་བསྐྱེད། བསྟོ་བ་གསུམ་གྱིས་བེན་པའི་  
སྟོན་སྟོམ་པར་བྱེད་དགོས་པའི་བྱིད།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་ན་རེ།  
ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་རང་བཞིན་མེད་པར་མདོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་  
འཕགས་པའི་མཐུན་པ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་མཆན་  
ཉིད་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་མཐུན་

པ་མེད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་  
 བྱིར། ཁ་ཅིག ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་དོན་དམ་པར་རང་བཞིན་མེད་པར་མངོན་  
 སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་  
 ཞེས་པའི་ལམ་ཞེས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་  
 མེད་ལམ་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ། མཆོན་ཉིད་དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ།  
 ཆོས་ཐམས་ཅད་བདེན་མེད་དུ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་འཕགས་  
 པའི་ཡེ་ཞེས་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་ན། ཐེག་དམན་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་  
 གནས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ལྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་  
 དུ་རྟོགས་པའི་སྒྲོབ་པའི་ཡེ་ཞེས་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་  
 དོན་དམ་པར་མེད་པར་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཞེས་རབ་ཀྱིས་བྱེད་པའི་  
 ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ། དེའི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། བྱང་སེམས་  
 མཐོང་ལམ་པའི་རྒྱད་ཀྱི་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་  
 ཐལ། མཆོན་ཉིད་དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་འཕགས་ཀྱི་མཁྱེན་པ་ཡིན་པའི་  
 བྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག  
 སེམས་བསྐྱེད་བསྡོམས་པའི་ཞེས་རབ་གསུམ་གྱིས་བྱེད་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མངོན་  
 རྟོགས། དེའི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། བྱང་སེམས་སྒྲོར་ལམ་པའི་རྒྱད་ཀྱི་ངེས་  
 འབྲུང་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ། མཆོན་ཉིད་དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་

ཆེན་མེས་ས་བསྐྱེད་ཀྱིས་ཟིན་པ་གང་ཞིག གཞན་གཉིས་ཀྱིས་ཀྱང་ཟིན་པའི་  
ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་བྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ལམ་ཡིན་  
པའི་བྱིར། བྱི་མ་དེར་ཐལ། བསྐྱེད་བས་ཟིན་པ་གང་ཞིག རྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་  
ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟིན་པའི་བྱིར། རེ་རེ་ནས། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སྦྱོར་ལམ་  
ཐོབ་པའི་མཁྱེན་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག དེ་གསུམ་ཀྱིས་ཟིན་པའི་ཐེག་  
ཆེན་འཕགས་པའི་མངོན་རྟོགས། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཉན་  
ཐོས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཟེར་ན། མི་རྟག་ལ་སོགས་  
བཅུ་དྲུག་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་སྒྲོམ་ལམ་ཆོས་ཅན།  
མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ། མཆན་ཉིད་དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་  
མཁྱེན་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་ཀྱི་མཐོབ་ལམ་ཡིན་པར་ཐལ།  
འདོད་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག ཉན་ཐོས་ཀྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པའི་ཐེག་ཆེན་  
ཀྱི་བདེན་པ་མངོན་རྟོགས། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་དེའི་མཆན་  
ཉིད་ཟེར་ན། བྱང་མེས་མཐོང་ལམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཐར་པ་དོན་གཉེར་ཀྱི་སྒྲོ་  
ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ། མཆན་ཉིད་དེའི་བྱིར། འདོད་ན། ཐབས་ཤེས་  
གཉིས་སུ་བྱེ་བའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཆར་གཏོགས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར།  
འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་ཅིག ཉན་རང་གི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་གཉིས་  
འགལ་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་ཀྱི་གཞི་མཐུན་ཡོད་པའི་

ཕྱིར། དེར་ཐལ། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་དེ་དེ་ལྟར་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཉན་རང་གཉིས་ཀྱིས་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་གཙོ་བོར་སྒྲོམ་ཞིང་བདག་འཛིན་སྤང་བའི་གཙོ་བོར་བྱེད་པར་མཚུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ལམ་ཤེས་གསུམ་པོ་འགལ་ལོ་བེར་ན། དེ་མི་འབད་པར་ཐལ། དེ་གསུམ་གྱི་གཞི་མཐུན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྟོགས་རིགས་གསུམ་ཀའི་གཞི་མཐུན་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་མཐོང་ལམ་པའི་རྒྱད་ཀྱི་རྣམ་ཐར་སྒྲོ་གསུམ་པོ་དེ་དེ་ལྟར་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཉན་རང་གཉིས་ཀྱིས་རྣམ་ཐར་སྒྲོ་གསུམ་གཙོ་བོར་སྒྲོམ་དགོས་པ་གང་ཞིག བྱང་སེམས་ཀྱིས་བྱང་དེ་ལྟར་སྒྲོམ་དགོས་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། དེས་ཐར་པ་ཐོབ་པ་ལ་མི་རྟག་སོགས་བཙུ་བྱུག་གཙོ་བོར་སྒྲོམ་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱད་ཀྱི་རྣམ་ཐར་སྒྲོ་གསུམ་པོ་དེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རྒྱད་ལ་ཡོད་པ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་རྣམ་མཐུན་གྱི་རྣམ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་གསུམ་མི་འགལ་བར་ཐལ། བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་རྒྱད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པར་གྱུར་བའི་མཐུན་པ་དེ་རྟོགས་རིགས་གསུམ་གར་གནས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་པས་བསྐྱབ་གསུམ་ལ་གཙོ་བོར་འབད་དགོས་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་གི་ལུགས་ལ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་  
པའི་ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་  
ཤེས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་དེར་གྱུར་པའི་རྒྱ་ལམ་ཤེས་དང་། འབྲས་བུ་ལམ་  
ཤེས་གཉིས་ཡོད། སེམས་བསྐྱེད་བསྡོམ་བ་ཤེས་རབ་གསུམ་གྱིས་ཟེན་པའི་  
སྒྲོན་ས་ཉན་ཐོས་ཀྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པའི་ཐབས་ཤེས་གཉིས་སུ་སྤྱེ་  
བའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཆར་གཏོགས་པའི་མཉམ་གཞག་གི་སས་བསྐྱུས་པའི་ཐེག་  
ཆེན་མཐོང་ལམ་པའི་རྒྱད་ཀྱི་མཁྱེན་པ། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་  
ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད། མཆོན་གཞི་ནི། མི་  
རྟག་སོགས་བཅུ་དྲུག་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་མཐོང་ལམ་ལྟ་  
བུ། བྱང་སེམས་འཕགས་པས་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་སྒྲོམ་  
པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་རིགས་ཅན་རྗེས་སུ་བབྱང་བ་དང་། རང་  
རྒྱད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་གཞོམ་པའི་ཆེད་ཡིན་པའི་བྱིར།

༥ གསུམ་པ་རྩོད་པ་སྤོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་ཡོད་  
པར་ཐལ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་ཡོད་པའི་བྱིར་ན། མ་ཟུབ།  
ཁ་ཅིག་རྣམ་མཁྱེན་ཡིན་ན། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་ཡིན་  
དགོས་པར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་དགོས་པ་གང་ཞིག་  
ལམ་ཤེས་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར། ཟེར་ན་མ་ཟུབ། དང་པོ་དེར་ཐལ། དེ་ཡིན་



ན། ཆོས་ཐམས་ཅད་ཤེས་དགོས་པའི་བྱིར། བྱི་མ་དེར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན།  
 འབྲས་བུ་ལམ་ཤེས་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་  
 མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་ཆོས་ཅན། ཉན་ཐོས་གྱི་  
 ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། སྐབས་འདིར་བསྟན་པའི་དེ་ཡིན་  
 པའི་བྱིར། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཉན་ཐོས་གྱི་ལམ་ཤེས་པར་ཐལ། འདོད་  
 པའི་བྱིར་ན། མ་ཁྲབ། འདོད་ན། མི་འཐད་པར་ཐལ། དེའི་དངོས་གྱི་གཞལ་བུ་  
 ཡིན་ན། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་སྤོ་མོ་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ བྱང་  
 སེམས་མཐོང་ལམ་པའི་རྒྱད་ལ་མི་རྟག་སོགས་བཙུ་བྱག་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་  
 མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡོད་པའི་བྱིར་ན། མ་ཁྲབ། འདོད་མི་རུས་  
 ཏེ། དེའི་རྒྱད་ལ་སྐྱག་བསྐྱལ་བདེན་པ་མེད་པའི་བྱིར། ཁོ་ན་རེ། དེའི་རྒྱད་གྱི་  
 མི་རྟག་སོགས་བཙུ་བྱག་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ། མི་རྟག་  
 སོགས་བཙུ་བྱག་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་  
 རྒྱད་ལ་དེ་ཡོད་པའི་བྱིར་ན། མ་ཁྲབ། འདོད་ན། མི་འཐད་པར་ཐལ། དེའི་  
 རྒྱད་གྱི་བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ན། ཉེར་ལེན་གྱི་  
 བྱང་པོའི་སྟེང་གི་མི་རྟག་པ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་མ་ཡིན་  
 དགོས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱད་གྱི་མི་རྟག་  
 སོགས་བཙུ་བྱག་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ། ཉན་ཐོས་གྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་

ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་རྒྱད་ཀྱི་དེ་དེ་ལྟར་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། འདོད་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱད་ཀྱི་མི་རྟག་སོགས་བཅུ་དྲུག་  
ཆོས་ཅན། བྱོད་ཡོད་པར་ཐལ། བྱོད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡོད་  
པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
ན། སྒྲ་མར་ཚོད་གཞི་སྦྱོར་ཅན་ནོ།

### ངེས་འབྱེད་ཆ་མཐུན།

༥ གཉིས་པ་ངེས་འབྱེད་ཆ་མཐུན་ནི། འཕགས་པ་ཉན་ཐོས་ལམ་ལ་  
ནི། །ཞེས་པ་ནས། མཁྱེན་ནས་ཆོས་རྣམས་མ་གཟིགས་ཕྱིར། །ཞེས་པའི་  
བར་གསུངས་ཏེ། དེའི་དོན་འགྲེལ་པར་འཆད་པ་ལ། གཟུགས་ལ་སོགས་  
པའི་ཕྱང་པོ་རང་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྟོང་པའི་ཕྱིར། །ཞེས་པ་ནས། གོ་རིམ་  
བཞིན་དུ་བདེན་པ་བཞི་ལ་དམིགས་པ་ལ་ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མཐུན་  
པ་སྦྱེ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས། དེ་གང་ལས་འཕྲོས་པ་ཡོད་དེ།  
ཀྟོ་ཤེ་ཀ་གཟུགས་ནི་གཟུགས་ཀྱིས་སྟོང་ངོ། །ཀྟོ་ཤེ་ཀ་ཆོར་བ་དང་། འདུ་  
ཤེས་དང་། འདུ་བྱེད་རྣམས་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པས་  
སྟོང་ངོ། །ཞེས་པ་ནས། ཀྟོ་ཤེ་ཀ་གཞན་པས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་  
དཔའ་ཆེན་པོས་ས་དང་པོ་ལ་དམིགས་པའི་ཚུལ་ཀྱིས་གནས་པར་མི་  
བྱའོ། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་བར་གྱི་མདོ་ལས་འཕྲོས་པའི་ཕྱིར།

འདིའི་སྐབས་སུ་རྩ་བའི་ཆོག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གཉིས་  
 ལས། དང་པོ་ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། འཕགས་པ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་མངོན་  
 སུམ་དུ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་ལ་ནི་བྱོད་སོགས་བཞི་ཡོད་དེ། དང་པོ་ནི།  
 མདོ་ལས། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དོན་དམ་པར་རང་གི་ངོ་བོས་སྟོང་པའི་  
 ཕྱིར་ན་དེ་དག་གི་སྟོང་པ་ཉིད་རྣམས་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་པར་བསྟན་པས་  
 བཤད་པའི་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་སྒྲུབ་ལམ་བྱོད་དང་། གཟུགས་སོགས་དེ་དག་དོན་  
 དམ་པར་མི་དམིགས་པ་སྟེ་དེ་ལྟར་མི་གནས་པར་བསྟན་པས་བཤད་པའི་  
 ཐེག་ཆེན་ཀྱི་སྒྲུབ་ལམ་ཅེ་མོར་གྱུར་པ་དག་ཏུ་འདོད་པ་དང་། གཟུགས་  
 སོགས་དེ་དག་ལ་དོན་དམ་པར་རྟག་པ་དང་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པའི་ཚུ་ལ་  
 གྱིས་གནས་པ་བཀག་པ་སྟེ་མི་གནས་པར་བསྟན་པས་བཤད་པའི་ཐེག་ཆེན་  
 ཀྱི་སྒྲུབ་ལམ་བཟོད་པ་རྣམས་དང་། ས་དང་པོ་སོགས་ལ་དམིགས་པའི་ཚུ་ལ་  
 གྱིས་གནས་པར་མི་བྱའོ། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་མདོ་ལས། ས་བཙུ་དག་ལས་  
 བརྩམས་ནས་ནི་དོན་དམ་པར་མི་གནས་པའི་ཚུ་ལ་རྒྱས་པར་བསྟན་པ་ཡིས་  
 བཤད་པའི་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་སྒྲུབ་ལམ་ཆོས་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་འགྱུར་བ་སྟེ་ཆོས་  
 མཆོག་དང་བཞི་བཤད་པའི་ཕྱིར། ཆོས་དེ་དག་ལ་ཅིའི་ཕྱིར་དོན་དམ་པར་  
 མི་གནས་ཞེ་ན། རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཆོས་ཉིད་མངོན་སུམ་  
 དུ་མཐུན་ནས་ཆོས་རྣམས་དོན་དམ་པར་གནས་པ་མ་གཟིགས་པའི་ཕྱིར་

རྟོ།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག ཉན་  
ཐོས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱར་པའི་ངེས་འབྲེད་ཆ་མཐུན།  
ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་ངེས་འབྲེད་ཆ་མཐུན་ཀྱི་མཆོན་  
ཉིད་ཟེར་ན། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱར་པའི་ཐེག་  
དམན་ཀྱི་སྒྲོར་ལམ་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ། མཆོན་ཉིད་དེའི་ཕྱིར།  
འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་ཀྱི་ངེས་འབྲེད་ཆ་མཐུན་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར།  
འདོད་མི་བྱས་སོ། །ཁ་ཅིག དེའི་རྒྱ་རྒྱར་པའི་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་ངེས་འབྲེད་ཆ་  
མཐུན། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་ངེས་འབྲེད་ཆ་མཐུན་  
ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་དང་དུས་མཉམ་པའི་ཐེག་  
ཆེན་ཀྱི་ངེས་འབྲེད་ཆ་མཐུན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ལམ་ཤེས་དང་དུས་  
མཉམ་པའི་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་སྒྲོར་ལམ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་  
འཕགས་པ་དང་དུས་མཉམ་དུ་བྱུང་པའི་བྱང་སེམས་སྒྲོར་ལམ་པ་ཡོད་པའི་  
ཕྱིར། གཞན་ཡང་། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱར་པའི་  
སྒྲོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་སྒྲོར་ལམ་ཆོས་ཅན། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་  
ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་ངེས་འབྲེད་ཆ་མཐུན་ཡིན་པར་ཐལ། མཆོན་ཉིད་  
དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཉན་ཐོས་ཀྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པར་ཐལ། འདོད་

པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། ཁ་ཅིག ཉན་ཐོས་ཀྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་  
 པའི་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་ངེས་འབྱེད་ཆ་མ་ཐུན། སྐབས་འདིར་ངོས་སུ་བསྟན་པའི་  
 ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་ངེས་འབྱེད་ཆ་མ་ཐུན་ཀྱི་མཚན་  
 ཉིད་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། གཞུང་འདིས་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་པའི་  
 ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་ངེས་འབྱེད་ཆ་མ་ཐུན་དངོས་སུ་མ་བསྟན་པའི་ཕྱིར། འདིས་  
 ལྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་སྒྲོར་ལམ་དངོས་སུ་བསྟན་ནས་གང་ཟག་  
 གི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་སྒྲོར་ལམ་དེ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་  
 པའི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་ངེས་འབྱེད་ཆ་མ་ཐུན་དུ་ཤུགས་ལ་བསྟན་པའི་ཕྱིར།  
 དེར་ཐལ། འདིའི་ཐད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་ལས། འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པ་ནི། ལྟོང་  
 ཉིད་རྟོགས་པའི་སྒྲོར་ལམ་ཡིན་ལ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་པའི་རྒྱ་ངེས་  
 འབྱེད་ནི་གཞུང་འདིར་དོན་གྱིས་འཕངས་པ་ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་  
 ཅིག ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་ངེས་འབྱེད་ཆ་མ་ཐུན་ཡིན་  
 བ། སྐབས་འདིར་བསྟན་ཀྱི་དེ་ཡིན་པས་བྱུང་བའི་ཐེག་ཆེན་སྒྲོར་ལམ་  
 པའི་རྒྱུད་ཀྱི་བསམ་བློར་དུ་གྱུར་པའི་ཐར་པ་དོན་གཉེར་གྱི་སྒྲོ་ཚས་ཅན།  
 དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སྒྲོམ་བྱུང་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར།  
 བྱུང་སྟེ། རྣམ་བཤད་ལས། འཇིག་རྟེན་པའི་སྒྲོམ་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་  
 བོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། འདིར་བསྟན་པའི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་



ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་ངེས་འབྲེད་ཆ་མཐུན་ཡིན་ན། འཇིག་རྟེན་  
པའི་སྒྲོམ་བྱང་ཡིན་པས་ཁྱབ་བེར་ན། ཐེག་དམན་དབྱ་བཅོམ་གྱི་རྟོགས་བ་  
སྒྲོན་དུ་སོང་བའི་ཐེག་ཆེན་སྦྱོར་ལམ་པའི་རྒྱད་ཀྱི་མི་རྟག་སོགས་བཅུ་དྲུག  
མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་  
ཐལ། མི་རྟག་སོགས་བཅུ་དྲུག་དོན་སྤྱིའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་  
སྦྱོར་ལམ་དེ་དེ་ལྟར་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་བཤའ་ལས། འདི་ནི་རྣམ་  
བ་བཅུ་དྲུག་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བེན་པས་སྒྲོམ་པར་ཤེས་  
པའི་ཆེད་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པའི་  
ཐེག་ཆེན་གྱི་དོན་མངོན་རྟོགས། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་  
རྒྱ་ངེས་འབྲེད་ཆ་མཐུན་གྱི་མཆོན་ཉིད། ཉན་ཐོས་ཀྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་  
གནས་ཤིང་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཆར་གཏོགས་པའི་སྒྲོམ་བྱང་གིས་བསྐྱུས་པའི་ཐེག་  
ཆེན་གྱི་དོན་མངོན་རྟོགས། སྐབས་འདིར་བསྟན་པའི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་  
པའི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་ངེས་འབྲེད་ཆ་མཐུན་གྱི་མཆོན་ཉིད།

༦ གསུམ་བ་ཅོད་བ་སྟོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་པའི་  
ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱར་གྱུར་བའི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་སྦྱོར་ལམ་ཆོས་ཅན། ཉན་ཐོས་ཀྱི་  
ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་ངེས་འབྲེད་ཆ་མཐུན་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་

རྒྱ་གང་ཞིག དེས་འབྲེད་ཆ་མ་ཐུན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། འདོད་  
 མི་རུས་སོ། །རྣམ་མཁྲིན་ཆོས་ཅན། རྒྱ་ལམ་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱ་གང་  
 ཞིག། ལམ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འཁོར་གསུམ། གཞན་ཡང་། དེ་ཆོས་ཅན།  
 ལམ་ཤེས་ཕྱིན་ཡིན་པར་ཐལ། ལམ་གང་ཞི། ཤེས་ཕྱིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འབྲེད་  
 པ་ཁས། ཁ་ཅིག འུང་སེམས་སྒྲོར་ལམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཐར་པ་དོན་གཉིས་ཀྱི་  
 སྒྲོ་ཆོས་ཅན། རང་ལུགས་ཀྱི་མཆོན་བྱ་དང་པོ་དེར་ཐལ། མཆོན་ཉིད་དེའི་  
 ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། སྐབས་འདིར་བསྟན་པའི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་  
 ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་དེས་འབྲེད་ཆ་མ་ཐུན་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་  
 ཕྱིར་ན། མ་ཁྲབ། འདོད་ན། ཐབས་ཤེས་གཉིས་ལས་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཆར་  
 གཏོགས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེ་གཉིས་ལས་  
 ཐབས་ཀྱི་ཆར་གཏོགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག སྐབས་འདིར་ཉན་ཐོས་ཀྱི་  
 ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་དེས་འབྲེད་ཆ་མ་ཐུན་དངོས་སུ་མ་བསྟན་པ་  
 དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་དངོས་སུ་སྟོན་པ་སྐབས་སུ་བབ་པའི་ཕྱིར། དེར་  
 ཐལ། ལམ་ཤེས་ཉིད་ཀྱི་ཚུལ་ལ་ནི། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་  
 པའི་ལམ་ཤེས་དངོས་སུ་བསྟན་ནས། དེའི་རྒྱ་དེས་འབྲེད་ཆ་མ་ཐུན་གང་  
 ཡིན་དངོས་སུ་བསྟན་པ་ལ། འཕགས་པ་ཉན་ཐོས་ལམ་ལ་ནི། །ཞེས་གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར་ན། སྟོན་མེད་དེ། དེ་སྐབས་འདིར་ཟེན་བྱེད་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་

ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོར་ལམ་དེ་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཤུགས་ལ་ཅིག་ཤོས་བསྟན་  
པའི་སྤྱིར། ཡང་ན་དེ་གཉིས་གྱི་ནང་ནས་ཉན་ཐོས་གྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་  
ཤེས་དེ་ཤུགས་ལ་བསྟན་ཀྱང་སྒྲོར་དངོས་སུ་བསྟན་ཞེས་བྱའོ། །

### རང་རྒྱལ་གྱི་བྱང་ཆོས།

གཉིས་པ་རང་རྒྱལ་གྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་འཆད་པ་ལ་བཞི།  
ལམ་བཟོད་པའི་བྱང་པར། ཆོས་སྟོན་ཚུལ། ལམ་ཤེས་ཇི་ལྟར་ཤེས་ཚུལ།  
དེའི་རྒྱ་ངེས་འབྱེད་ཆ་མཐུན་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། རང་བྱུང་བདག་ཉིད་  
རྟོགས་པའི་སྤྱིར། །ཞེས་པ་ནས། ཟབ་པ་གཉིད་དུ་མངོན་པར་བརྗོད། །ཅས་  
པའི་བར་གསུངས་ཏེ། དེའི་དོན་འགྲེལ་པར་འཆད་པ་ལ། རང་སང་རྒྱས་  
ནམས་ནི་སྟོན་ཐོས་པ་ལ་སོགས་པ་མངོན་པར་འདུ་བྱས་པས་གཞན་གྱིས་  
བསྟན་པ་ལ་མི་སྟོས་པར་བདག་ཉིད་གྱིས་རང་གི་བྱང་ཆུབ་རྟོགས་པར་  
འགྱུར་ཏེ། ཞེས་པ་ནས། དེའི་སྤྱིར་དེ་དག་གི་ཡེ་ཤེས་མི་རྟོགས་པ་ཉིད་ནི་  
བྱང་ཆུགས་པ་གཉིས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས། དེ་དག་གང་  
ལས་འཕྲོས་པ་ཡང་ཡོད་དེ། ཡང་འཁོར་དར་སྤྱི་བྱ་ཁ་ཅིག་འདི་སྟུང་དུ་  
སེམས་པར་གྱུར་ཏེ། གང་གཞོད་སྤྱིན་ནམས་གྱི་སྐད་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ནི་  
སྤྱིས་ན་ཤེས་པར་འགྱུར་གྱི། གང་འཕགས་པ་རབ་འབྱོར་གྱིས་ཤེས་རབ་གྱི་  
པ་རོལ་དུ་སྤྱིན་པ་འཆང་བ་དེ་དག་ནི་ཤེས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་པ་ནས།

ཀྱི་མ་གནས་བརྟན་རབ་འབྱོར་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱེན་པ་གསལ་  
བར་བྱེད་པ་སྟེ། ཟབ་པ་བས་ཀྱང་ཤིན་དུ་ཟབ་པ་སྟོན་པར་བྱེད་ལ། སྤ་བ་བས་  
ཀྱང་ཤིན་དུ་སྤ་མོ་སྟོན་པ་འབྱེད་པའོ། །ཞེས་པའི་བར་གྱི་མདོ་ལས་འབྲོས་  
པའི་བྱིད། འདིར་བྲངས་པའི་ལུང་ལ་མདོ་དང་གསེར་འབྲེང་རྣམ་བཤད་  
དུའང་ཆིག་བྱར་ཅུང་ཟད་མི་འདྲ་བ་ཡོད་ཀྱང་མི་འགལ་ཏེ། དེ་ནི་ཆིག་ཆོགས་  
ཉུང་བར་བྱ་བའི་ཆེད་དུ་ཆིག་སྟེ་ཅུང་ཟད་རེ་བསྐྱས་པ་ཡིན་ལ་དེ་བཞིན་དུ་  
གཞན་ཡང་དུ་མ་ཡོད་པའི་བྱིད།

འདིའི་སྐབས་སུ་གཉིས། ཅ་བའི་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་  
པོ་ནི། རང་བྱུང་སྟེ་རང་རྒྱལ་དབྱ་བཅོམ་པ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱིས་སྲིད་པ་ཐ་  
མའི་ཆ་བྱང་ཚུབ་མདོན་དུ་བྱེད་པར་སྟོབ་དཔོན་གཞན་གྱིས་གདམས་ངག་  
བསྟན་པ་ལ་སྟོས་མི་དགོས་ཏེ། དེའི་ཆེ་དེ་ལ་མི་སྟོས་པར་བདག་ཉིད་ཀྱིས་  
བྱང་ཚུབ་རྟོགས་པ་སྟེ་མདོན་དུ་བྱེད་ཀྱས་པའི་བྱིད། ཡང་སྐྱ་སྟོས་པ་ལ་ཆོས་  
ཅན། དགོས་པ་ཡོད་དེ། དེའི་ཆེ་རང་གིས་གཞན་ལ་ངག་གི་སྟོན་ཆོས་མི་  
སྟོན་པར་ཤེས་པའི་ཆེད་ཡིན་པའི་བྱིད། བསེ་རུ་ལྟ་བུའི་ཡེ་ཤེས་ནི་ཆོས་  
ཅན། ཉན་ཐོས་ལས་རྟོགས་པ་ཟབ་པ་ཉིད་དུ་མདོན་པར་བརྗོད་པ་ཡིན་ཏེ།  
ཉན་ཐོས་ལྟར་ཆོས་སྟོན་པའི་ངག་གི་འབྲས་རྟགས་ལས་རྟོགས་མི་རྒྱས་ཤིང་  
སྐྱ་མེད་ལུས་ཀྱི་རྣམ་འགྱུར་གྱི་སྟོན་སྟོན་པའི་རྟོགས་པ་ཟབ་མོ་དང་ལྡན་

པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་རང་  
 རྒྱལ་ཡིན་ན། རང་རྒྱལ་དགྲ་བཅོམ་གྱི་གོ་འཕང་མངོན་དུ་བྱེད་ངེས་ཡིན་  
 བས་ཁྲབ་ཟེར་ན། རང་རྒྱལ་དུ་རིགས་མ་ངེས་པའི་ཚོགས་སྡོད་ཆེ་ཆུང་གི་  
 རང་རྒྱལ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་མི་ཉུས་ཏེ། ཚོགས་སྡོད་ཆེ་  
 ཆུང་གང་རུང་གི་རང་རྒྱལ་གྱིས་སངས་རྒྱས་དང་འཕྲད་ན་ཐེག་ཆེན་ལམ་དུ་  
 འཇུག་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་རང་རྒྱལ་ཡིན་ན། བསེ་རུ་ལྟ་བུར་གཅིག་  
 བྱར་གནས་པས་ཁྲབ་ཟེར་ན། ཚོགས་གྱི་ནང་དུ་གནས་པའི་རང་རྒྱལ་ཚོས་  
 ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཚོས་ཅན་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་  
 པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གྲོགས་དང་བཅས་པའི་རང་རྒྱལ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་  
 ཐལ། གསེར་འབྲེང་ལས། གྲོགས་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ་སྡོད་པས་སོ། །ཞེས་  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། ཚོགས་སྡོད་ཆེ་ཆུང་གི་  
 རང་རྒྱལ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་སྟེ། དེའི་སྐྱབ་བཤའ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་  
 རང་རྒྱལ་ཡིན་ན། རང་བྱུང་གི་བསྟེན་པར་རྫོགས་པའི་དགེ་སློང་ཡིན་པས་  
 ཁྲབ་ཟེར་ན། བར་དོའི་ཉེན་ཅན་གྱི་རང་རྒྱལ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར།  
 དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རང་རྒྱལ་གྱི་བྱང་ཆུབ་མངོན་དུ་བྱེད་  
 པ་ལ་བསྐྱལ་པ་བརྒྱུད་ཚོགས་གསོགས་པ་གང་ཞིག་ དེའི་བར་དུ་རང་རྒྱ་སོ་



སྐྱེ་འཆི་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། མངོད་འགྲེལ་ལས། བསྐྱལ་བ་  
 ཆེན་པོ་བརྒྱར་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་ཚོགས་དག་ལ་སྦྱང་པས་བསེ་རུ་ལྟ་བུར་འགྱུར་  
 རོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། མིའི་རྟེན་ཅན་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། །ཁ་  
 ཅིག རང་རྒྱལ་ལ་ནང་ཆོན་ཀྱི་སྒྲོན་ས་དབང་པོ་རྣེ་རྒྱལ་ཀྱི་བྱང་པར་མེད་  
 ཟེར་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། བསེ་རུ་ལྟ་བུའི་རང་རྒྱལ་སྒྲོབ་པ་དེ་རང་རྒྱལ་ཀྱི་  
 རིགས་ཅན་གསུམ་ཀྱི་ནང་ནས་དབང་པོ་རྣེ་ལ་ཚོགས་སྦྱོད་ཆེ་ཚུང་གི་རང་  
 རྒྱལ་གཉིས་དེ་ལས་དབང་པོ་རྒྱལ་བའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག སྤྱིད་པ་ཐ་མའི་ཆེ་སྒྲོབ་  
 དཔོན་གཞན་ཀྱི་གདམས་ངག་ལ་མི་སྟོས་པར་རང་གི་བྱང་ཚུབ་མངོན་དུ་  
 བྱེད་རྒྱས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། ཉན་ཐོས་ལས་བྱང་པར་འཕགས་པས་བྱབ་  
 ཟེར་ན། ཐེག་ཆེན་དུ་རིགས་ངེས་པའི་དམན་ལམ་སྟོན་དུ་མ་སོང་བའི་ལམ་  
 མ་ཞུགས་ཀྱི་སོ་སྐྱེ་རང་ག་བ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 དེས་སྤྱིད་པ་ཐ་མ་བའི་ཆེ་གདམས་ངག་གཞན་ལ་རག མ་ལས་པར་སངས་  
 རྒྱས་ཐོབ་རྒྱས་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། སོ་སྐྱེ་རང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་  
 ཅིག དེ་འདྲའི་ཐེག་དམན་པ་ཡིན་ན། ཉན་ཐོས་ལས་བྱང་པར་དུ་འཕགས་  
 པས་བྱབ་ཟེར་ན། གཟུགས་མེད་ཀྱི་རྟེན་ལ་མྱང་འདས་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་  
 ཕྱིར་མི་འོང་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ་དེའི་ཕྱིར། དེ་དེར་ཐལ། དེའི་རྟེན་ལ་མྱང་  
 འདས་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་གཟུགས་མེད་ཉེ་བར་འགྲོ་བའི་ཕྱིར་མི་འོང་ཡོད་པ་

གང་ཞིག །གཟུགས་མེད་ཁམས་ན་གདམས་ངག་མེད་པའི་སྤྱིར། སྤྱི་མ་དེར་  
ཐལ། དེར་སྦྱ་མེད་པའི་སྤྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཉན་ཐོས་ཡིན་པའི་སྤྱིར།  
གཞན་ཡང་། རང་རྒྱལ་གྱི་བྱང་ཆུབ་མངོན་དུ་བྱེད་པར་ངེས་པའི་ཉན་ཐོས་  
ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ།  
དེ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། མཛོབ་འགྲེལ་ལས། དེ་ལ་ཆོག་ཤིང་སྦྱོད་པ་  
ནམས་ནི་ཉན་ཐོས་གྱི་རིགས་སུ་གྱུར་པ་སྟོན་དུ་སོང་བའི་རང་རྒྱལ་བ་  
ནམས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན་སྦྱོལ། །ཁ་ཅིག་སྦྱ་མེད་ལུས་  
གྱི་ནམ་འགྱུར་གྱི་སྟོན་ཆོས་སྟོན་རུས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། རང་རྒྱལ་  
ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། དེ་ལྟར་རུས་པའི་སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཆོས་ཅན།  
དེར་ཐལ། དེའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་  
འཕགས་པས་སྦྱལ་པ་སྦྱ་ཆོགས་བསྟན་ནས་གདུལ་བྱ་ལ་ཆོས་སྟོན་རུས་  
པའི་སྤྱིར། གཞན་ཡང་དེ་ཡོད་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པས་སྟོན་  
བདག་གིས་སྦྱ་མེད་ཀྱང་ཆོས་སྟོན་རུས་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་སྟོན་ལམ་བཟུབ་  
པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་འདི་ལྟར་སངས་རྒྱས་སུ་གྱུར་  
ནས་བརྗོད་པ་མེད་པར་ཡང་ཆོས་སྟོན་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་སྟོན་ལམ་བཟུབ་  
སོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། ཁ་ཅིག་དེ་འདྲི་ཐེག་དམན་པ་ཡིན་ན། རང་  
རྒྱལ་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། དེ་ལྟར་རུས་པའི་ཉན་ཐོས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ།

དེའི་ཕྱིར། ཉགས་གསལ་སྒྲོལ། ཁ་ཅིག་རང་རྒྱལ་ཡིན་ན། ངག་གི་ཆོས་མི་  
སྟོན་པས་བྲབ་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ངག་གི་སྟོན་མོས་སྟོན་པའི་  
རང་རྒྱལ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་བཤད་ལས། རང་སངས་རྒྱས་པའི་  
ཏུ་ཆོས་སྟོན་པ་མི་སྲིད་པ་མིན་ཏེ། ངག་གི་ཆོས་སྟོན་པ་འདུལ་བ་ལུང་ལས་  
གསུངས་པའི་ཕྱིར་དང་། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ་བདུན། རིགས་དང་། ལམ་དང་། ཡང་དག་  
པར་འབྲུབ་པ་དང་། ཆོགས་གསོག་པ་དང་། གནས་པ་དང་། རྒྱ་བ་དང་། སྒྲ་  
བཤད་པའོ། །དང་པོ་ཡོད་དེ། རང་རྒྱལ་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་ཉོན་མོངས་ཚུང་  
བ་དང་། སྟོང་རྩེ་དམན་པ་དང་། དབང་པོ་འབྲིང་དུ་གནས་པའི་རིགས་ཅན་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ཡོད་དེ། ལུང་པོ། སྒྲེ་མཆེད། ཁམས། ཉེན་འབྲེལ།  
གནས་དང་གནས་མ་ཡིན་པ། བདེན་པ་རྣམས་ཏེ་མཁས་པར་བྱ་བའི་དངོས་  
པོ་དུག་ལ་མཁས་པར་བྱེད་པ་དང་། འཆི་ཁར་བྱི་མར་སངས་རྒྱས་མེད་པའི་  
ཞིང་དུ་སྒྲེ་བ་དང་། སྲིད་པ་ཐ་མའི་ཆེ་སྟོབ་དཔོན་གྱིས་གདམས་པའི་བསྟན་  
པ་ལ་མ་བསྟོས་པར་བྱང་ཆུབ་མཛོན་དུ་བྱེད་པ་དང་། སྒྲ་མེད་ལུས་ཀྱི་རྣམ་  
འགྱུར་གྱི་སྟོན་མོས་སྟོན་པར་གྱུར་ཅིག ཅེས་སྟོན་ལམ་ཆེན་པོ་གསུམ་  
འདེབས་ཤིང་། ཉེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བཙུ་གཉིས་ལུགས་འབྲུང་ལུགས་སྒྲོག་  
བསྟོམས་ནས་ལམ་བཟོད་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་ཡོད་དེ། དེ་ལྟར་

བསྐྱབས་ནས་བསྐྱལ་བ་ཆེན་པོ་བརྒྱུར་ཆོག་ས་བསགས་ཏེ། སངས་རྒྱལ་  
འཛིག་རྟེན་དུ་མི་འབྱུང་བའི་ཆེ་མུང་འདས་མཛོན་དུ་བྱེད་པའི་ཕྱིར། བཞི་བ་  
ཡོད་དེ། རང་རྒྱལ་དུ་རིགས་ངེས་པའི་རང་རྒྱལ་སློབ་བ་དེས་དུས་ངེས་བ་  
མེད་པར་སངས་རྒྱལ་སོགས་མཉེས་པར་བྱས་ནས་བསོད་ནམས་དང་། རྟེན་  
འབྲེལ་བཙུ་གཉིས་ཀྱི་དོན་ཚུལ་བཞིན་དུ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་སོགས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་  
ཆོག་ས་གསོག་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར། ཆོག་ས་གསོག་པའི་ཡུན་ནི། གསུམ་པོ་  
བསྐྱལ་བ་བརྒྱུར་མཚུངས་ཏེ། འོན་ཀྱང་དབང་པོ་རྣེ་རྒྱལ་ཡོད་པས་ཡུན་ལ་  
བྱེད་པར་ཅུང་ཟད་འབྱུང་སྲིད་པའི་ཕྱིར། དེ་ལ་བསེ་རུ་ལྟ་བུའི་རང་རྒྱལ་སླབ་  
བ་ནི་རང་རྒྱལ་དུ་རིགས་ངེས་བ་དང་ཅིག་ཤོས་གཉིས་ལ་ངེས་བ་མང་སྟེ།  
གསེར་འབྲེང་ལས། དེ་ཡང་དང་པོ་རིགས་ངེས་བ་དང་། ཕྱི་མ་གཉིས་མ་ངེས་  
པར་ཀུན་ལས་བརྟུས་ལས། རང་སངས་རྒྱལ་ཀྱི་ཐེག་པ་བ་གང་ཞེ་ན། རང་  
སངས་རྒྱལ་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ངེས་པའམ་མ་ངེས་བ་དང་། ཞེས་གསུངས་པའི་  
ཕྱིར། ལྷ་བ་ཡོད་དེ། ཐུགས་ནི་རྟེན་འབྲེལ་བཙུ་གཉིས་བསྐྱོམ་བ་དང་བྱང་  
སྟོགས་སོ་བདུན་དང་རྣམ་ཐར་སྒོ་གསུམ་ཅི་རིགས་པར་གནས་ཤིང་། སྐྱའི་  
གནས་བ་ནི་བསེ་རུ་ལྟ་བུའི་གཅིག་བྱ་དང་། ཅིག་ཤོས་གཉིས་སྟོགས་ཀྱི་  
ནང་དུ་གནས་པར་མཛད་པའི་ཕྱིར། ཐུག་པ་ཡོད་དེ། བྱོང་དུ་བསོད་སྟོམས་  
ལ་རྒྱ་བ་སོགས་ཀྱི་ཆོ། ལུས་ཤིན་ཏུ་བསྐྱང་བ་དང་། དབང་པོ་རྣམས་

བསྐྱམས་པ་དང་། དཔལ་ལྷན་ཏུ་གནས་པ་སྒྲིང་ལམ་ཞི་བས་རྒྱ་བའི་ཕྱིར།  
བདུན་པ་ཡོད་དེ། སྤིང་པ་ཐ་མའི་ཆེ་སྒྲོབ་དཔོན་གཞན་གྱི་གདམས་ངག་ལ་  
མ་བསྟོས་པར་རང་གི་བྱང་ཆུབ་མངོན་དུ་བྱེད་ཀྱས་པའི་རྒྱ་མཆོན་གྱིས་རང་  
རྒྱལ་ཞེས་བརྗོད་པའི་ཕྱིར། བྱང་པར་དེ་དག་གིས་རྟེན་གང་ལ་ལམ་ཇི་ལྟར་  
བསྟོད་པའི་རྒྱལ་ཡོད་དེ། ཁ་ཅིག་སོ་སྒྲེའི་དུས་སུ་བསྐྱལ་པ་བརྒྱུ་ཆོག་གས་  
བསགས་ནས་སྤྱི་མ་མཐོང་ལམ་ཐོབ་པའི་ཆ་དེ་ལ་དག་བཅོམ་པའི་འབྲས་བུ་  
མངོན་དུ་བྱེད། ཁ་ཅིག་ནི་སྒྲོར་ལམ་མན་ཆད་རྟེན་ཐོག་གཅིག་ཏུ་བསྒྲིང་ནས།  
སྒྲེ་བ་དེའི་རྟིང་མ་ལ་མཐོང་ལམ་དང་། དེའི་ཡང་རྟིང་མ་ལ་དག་བཅོམ་པའི་  
འབྲས་བུ་མངོན་དུ་བྱེད་པ་སོགས་ལམ་བསྟོད་རྒྱལ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

༥ གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྒྲོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་རང་རྒྱལ་སྒྲོབ་པ་ཡིན་ན། རང་  
རྒྱལ་དུ་རིགས་ངེས་པས་བྱུང་པར་ཐལ། འཇུག་པ་ལས། རང་བྱང་ཆུབ་ལ་  
བདག་ཉིད་ངེས་ལྟགས་དང་། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་ན། མ་བྱུང་སྟེ། དེ་ནི་  
གཙོ་ཆེ་བ་ལ་དགོངས་པའི་ཕྱིར། ཁོ་ན་རེ། དེ་ཡིན་ན། རང་རྒྱལ་དུ་རིགས་  
ངེས་པས་མ་བྱུང་གྱང་ཉན་ཐོས་གྱི་ལམ་དུ་འཇུག་མི་སྤིང་དོ་ཞེ་ན། དེ་མི་  
འཐད་པར་ཐལ། རང་རྒྱལ་སྒྲོབ་པ་ཉན་ཐོས་ལམ་དུ་འཇུག་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། ལྟམ་བཤད་ལས། དག་བཅོམ་ཐོབ་པའི་ཆ་དེ་ལ་སྒྲོབ་དཔོན་ལ་མི་  
སྟོས་པར་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་ངེས་པ་ཡིན་གྱི། གཞན་དུ་ན་ཉན་ཐོས་སུ་འགྱུར་



པས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་བསེ་རུ་ལྟ་བུའི་རང་རྒྱལ་ཡིན་  
ན། གཅིག་ཕུ་ཁོ་ནར་གནས་པས་བྱུང་པར་ཐལ། བསེ་རུ་ལྟ་བུའི་རང་རྒྱལ་  
དེ་གྲོགས་མང་པོ་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ་མི་གནས་པར་རི་དྲགས་བསེ་རུ་ལྟར་  
གནས་པ་དང་ཆ་འདྲ་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་དེ་ལྟར་བཏགས་པའི་བྱིར་ན་མ་  
བྱུང་། ཏགས་དེར་ཐལ། མཛོད་གྱི་འབྲེལ་བ་ཤད་ལས། བསེ་རུ་ལྟ་བུ་ཡིན་  
ཞེས་བྱ་བ་ནི་རི་ལྟར་བསེ་རུ་དག་གཉིས་པ་མེད་པ་དེ་བཞིན་དུ། ཞེས་པ་  
ནས། བསེ་རུ་ལྟ་བུ་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། འདོད་ན། བསོད་  
སྟོམས་ལ་རྒྱ་ཞིང་བྱོན་ནས་གྲོང་དུ་ཆོགས་དུ་མ་ལ་ལུས་གྱི་རྩ་འབྲེལ་སྟོན་  
པའི་བསེ་རུ་ལྟ་བུའི་རང་རྒྱལ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ།  
ཆོས་ཅན་དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། བསེ་རུ་ལྟ་བུའི་  
རང་རྒྱལ་སྟོབ་པས་གཞན་རྗེས་སུ་འཛིན་པ་དང་རང་གི་ལུས་གནས་པའི་  
ཆེད་དུ་བསོད་སྟོམས་ལ་རྒྱ་བ་ཡོད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། སྤྱོད་ཁོ་ན་རེ།  
བསེ་རུ་ལྟ་བུའི་རང་རྒྱལ་ཞེས་བཏགས་པ་དོན་མེད་པར་ཐལ། དེ་གྲོགས་  
དང་བཅས་པར་གནས་སྤོང་པའི་བྱིར་ན། མ་བྱུང་སྟེ། དེ་ཡང་གཙོ་ཆེ་བ་ལ་  
དགོངས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ཆོགས་སྤྱོད་ཆེ་ཆུང་གི་རང་རྒྱལ་གཅིག་ཕུར་  
གནས་པ་མེད་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་ཆོགས་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ་སྤྱོད་པས་  
ཆོགས་སྤྱོད་པ་ཞེས་བཛོད་པའི་བྱིར་ན་མ་བྱུང་། འདོད་ན། གཅིག་ཕུ་དབེན་

པར་བསམ་གཏན་ལ་གནས་པའི་ཚོགས་སྡོད་ཀྱི་རང་རྒྱལ་མེད་པར་ཐལ།  
 འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། རང་དུ་ཡང་དག་འཛིག་ལ་གནས་པའི་  
 ཚོགས་སྡོད་ཆེ་ཆུང་གང་རུང་གི་རང་རྒྱལ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། འོ་ན། ཉན་  
 ཐོས་ཡིན་ན། ཉན་ཐོས་ཀྱི་སྒྲ་བཤད་ཆང་དགོས་པར་ཐལ། སྒྲུབ་བྱེད་འཐད་  
 པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། གཟུགས་མེད་ཁམས་པའི་ཉན་ཐོས་ཚོས་ཅན། དེར་  
 ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེས་གསུང་རབ་ཉན་ཅིང་ཐོས་པར་བྱེད་པར་ཐལ།  
 འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་སོ། །ཁ་ཅིག་རང་རྒྱལ་སྲིད་པ་ཐ་མ་པ་དེ་  
 སྲིད་པ་ཐ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གོང་གི་དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་མ་  
 ཁུབ་ཟེར། འདོད་བྱས་པ་ལ། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་སྐྱེ་བ་ལེན་པ་སྲིད་པའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་མ་རིག་བག་ཆགས་ཀྱིས་དང་ཟག་མེད་ཀྱི་ལས་ལ་བརྟེན་  
 རས་སྐྱེ་བ་ལེན་པ་སྲིད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཉན་རང་དགྲ་བཅོམ་པས་དེ་ལ་  
 བརྟེན་ནས་ཡིད་ཀྱི་ལུས་ལེན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་བཤད་ལས། ས་  
 བདུན་པ་མན་ཆད་པས་ཀྱང་འབད་པས་བསྒྲུབས་ན་མ་རིག་བག་ཆགས་  
 ཀྱིས་དང་ཟག་པ་མེད་པའི་ལས་ལ་བརྟེན་ནས་ཡིད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཀྱི་ལུས་  
 ལེན་རྒྱས་མོད་ཀྱི། ངམ་ངམ་ཤུགས་ཀྱི་འགྲུབ་པ་ནི་ཉན་རང་དགྲ་བཅོམ་པ་  
 དང་དབང་ཐོབ་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་  
 བྱའོ། ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། སྒྲོན་མེད་དེ། སྲིད་པ་ཐ་མ་པ་ནི་ཆེ་

དེ་ལ་དག་བཅོམ་མངོན་དུ་བྱེད་པར་ངས་པའི་རྟེན་ཅན་ཞིག་ལ་འཛོག་རིགས་  
ཀྱི། སྐྱོན་ཆད་སྤྱི་བ་མེད་པ་ཅམ་ལ་མི་འཛོག་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེ་ལྟར་ཡིན་  
ཏེ། འཁོར་བ་ཆེ་དེ་ལ་སྤྱོད་བར་ངས་པའི་རྟེན་ཅན་ཞིག་ལ་འཛོག་པའི་ཕྱིར།  
དབྱུང་དོ།

༥ གཉིས་པ་ཆོས་སྟོན་ཚུ་ལ་ནི། གང་གང་དོན་ནི་གང་གང་ལ། །ཞེས་  
སོགས་རྒྱུ་པ་བཞི་གསུངས་ཏེ། དེའི་དོན་འབྲེལ་པ་ལས། རྣམ་པར་མ་  
བརྟགས་རྣམ་པར་མ་དབྱུང་པའི་ཆོག་ཏུ་མི་སྤྱོད་བས། ཞེས་པ་ནས། བསྐྱེད་པ་  
ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས། མདོའི་འཕྲོས་དང་མཐའ་  
དཔྱེད་ནི་སྤར་བ་ཤད་པ་དེར་འདུས་ལ། ཅ་བའི་དོན་ནི། ཞེས་བྱ་ཆོས་ཅན།  
རང་རྒྱལ་གྱི་སྐྱ་མེད་ཀྱང་ཆོས་སྟོན་པ་མི་འགལ་ཏེ། དེས་ལུས་གྱི་རྣམ་འགྱུར་  
གྱི་སྒོ་ནས་གདུལ་བྱ་གང་དང་གང་ཡིན་པ་དེས་རྟོགས་བྱའི་དོན་ནི་གང་དང་  
གང་ལ་རྣམ་པ་རི་ལྟར་རི་ལྟར་ཉན་པར་འདོད་པ་དེ་དང་དེ་ལ་དོན་དེ་དང་དེ་  
བཤད་པ་དེ་ལྟར་སྤྱོད་བར་བྱེད་ཀྱས་པའི་ཕྱིར།

རང་རྒྱལ་གྱི་ལམ་ཞེས་པའི་ལམ་ཞེས།

གསུམ་པ་ལམ་རི་ལྟར་ཞེས་པའི་ཚུ་ལ་ནི། གཟུང་དོན་རྟོགས་པ་སྤྱོད་  
ཕྱིར་དང་། །ཞེས་སོགས་རྒྱུ་པ་བཞི་གསུངས་ཏེ། དོན་ནི་འབྲེལ་པ་ལས།  
རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་རི་སྐད་བཤད་པའི་བདེན་པ་སྒོམ་པ་ཁོ་ན་དང་།

ཞེས་པ་ནས། ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རང་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་ལམ་མོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས། དེ་གང་ལས་འཕྲོས་པ་ཡང་ཡོད་  
 དེ། གཟུགས་ནི་ཟབ་པ་མ་ཡིན། སྤ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཅིའི་བྱིར་ཞེ་ན། གཟུགས་  
 ཀྱི་རང་བཞིན་ནི་ཟབ་པ་མ་ཡིན། སྤ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པ་ནས། ལྷའི་བྱ་  
 དག་ཆོས་ཉན་པ་ནི་སྒྱུ་མ་ལྟ་དང་སྒྱུ་ལ་བ་ལྟ་བུར་བཅུ་ལ་བར་བྱ་སྟེ། ཞེས་  
 སོགས་ཀྱི་མདོ་ལས་འཕྲོས་པའི་བྱིར། འདི་ལ་གཉིས། ཅ་བའི་དོན་དང་།  
 མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་ནི། བསེ་རུ་ལྟ་བུའི་ལམ་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། བྱང་  
 ཆོས་གསུམ་དང་ལྡན་པས་ཡང་དག་པར་བསྒྲུས་པར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ།  
 གཟུང་བ་གཟུགས་སོགས་སྤྱི་རོལ་གྱི་དོན་དུ་འཛིན་པའི་རྟོག་པ་གཙོ་བོར་  
 སྤོང་བའི་བྱིར་དང་། གཟུགས་འཛིན་ཤེས་པ་སོགས་ནང་འཛིན་པ་ལ་བདེན་  
 པར་ཞེན་པ་གཙོ་བོར་མི་སྤོང་བའི་བྱིར་དང་ནི། རང་རྒྱལ་གྱི་རིགས་ལ་  
 བརྟེན་པའི་རྟེན་གྱིས་བྱང་པར་གྱི་སྒྲོ་ནས་ཤེས་པར་བྱ་བའི་བྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག  
 གཞུང་འདིས། རང་རྒྱལ་གྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་སྤར་བཤད་པ་ལྟར་གྱི་  
 བྱང་ཆོས་གསུམ་དང་ལྡན་པར་བསྒྲུན་ཟེར་ན། འོ་ན་ལམ་ཤེས་དེས་ནང་  
 ཤེས་པ་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་གཙོ་བོར་མི་སྤོང་བར་ཐལ། དམ་  
 བཅའ་འཐད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། དེས་བདེན་འཛིན་གཙོ་བོར་སྤོང་

བའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག རང་རྒྱལ་དང་སེམས་ཅམ་པ་གཉིས་ལྟ་བུ་མི་མཚུངས་  
ཟེར་ན། དེ་མཚུངས་པར་ཐལ། གཟུགས་ཕྱི་རོལ་དོན་གྱི་སྟོང་པར་རྟོགས་  
པའི་ལྟ་བུ་དེ་དེ་གཉིས་ཀའི་ལྟ་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་དེ་གཉིས་ཀའི་  
ཐུན་མོང་བའི་ལྟ་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁོ་ན་རེ། རང་རྒྱལ་གྱིས་གཟུང་བ་བདེན་  
པར་འཇིན་པའི་བདེན་འཇིན་གཙོ་བོར་སྟོང་ཞིང་ཤེས་པ་བདེན་པར་འཇིན་  
པའི་བདག་འཇིན་གཙོ་བོར་མི་སྟོང་ཡང་སྤང་བྱར་བྱེད། སེམས་ཅམ་པས་  
ནང་གཉིས་སྟོང་གི་ཤེས་པ་བདེན་གྲུབ་ཏུ་འདོད་པས་མི་མཚུངས་སོ་ཞེ་ན།  
དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། རང་རྒྱལ་སྟོབ་པས་གཟུང་བ་བདེན་པར་འཇིན་པའི་  
བདེན་འཇིན་གཙོ་བོར་མི་སྟོང་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་བདེན་འཇིན་གཙོ་  
བོར་མི་སྟོང་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རང་རྒྱལ་དགྲ་བཅོམ་པས་བདེན་འཇིན་མ་  
སྤངས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་ཤེས་སྟོབ་མ་སྤངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག  
རང་རྒྱལ་སྟོབ་པས་གཟུང་བ་ཕྱི་རོལ་དོན་ཏུ་འཇིན་པའི་རྟོག་པ་སྟོང་བ་དང་།  
གཟུང་བ་ཕྱི་རོལ་དོན་ཏུ་མེད་པ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རགས་པ་ཡིན་ཟེར་ན།  
དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། གཟུང་བ་ཕྱི་རོལ་དོན་ཏུ་འཇིན་པའི་རྟོག་པ་ཆོས་ཀྱི་  
བདག་འཇིན་རགས་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གཟུང་བ་རྗེས་སུ་གྲུབ་  
པར་འཇིན་པའི་རྟོག་པ་དེ་ཆོས་ཀྱི་བདག་འཇིན་རགས་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། དེ་གང་ཟག་གི་བདག་འཇིན་རགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག



གཟུང་འདིས་རང་རྒྱལ་གྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་མཐའ་དག་དངོས་སུ་  
བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །ཟེར་ན། དེ་ཡང་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེས་གང་ཟག་གི་  
བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་རང་རྒྱལ་གྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་  
ཤེས་དེ་དངོས་སུ་མ་བསྟན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་རང་རྒྱལ་གྱི་ལམ་ཤེས་པའི་  
ལམ་ཤེས་ཡིན་ན། ཐབས་ཤེས་གཉིས་སུ་སྤྱོད་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཆར་  
གཏོགས་པས་བྱུང་བའོ། ། བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཉིན་འབྲེལ་  
བཙུ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ཆོས་སྒྲིག་ལ་ཡིད་འབྱུང་སྒྲོམ་པའི་སྤྱིང་རྩེའི་ངོ་བོར་བྱུར་  
པའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེ་གཉིས་  
སུ་སྤྱོད་པའི་ཐབས་ཀྱི་ཆར་གཏོགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། རང་རྒྱལ་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་  
པའི་ཐེག་ཆོས་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ། རང་རྒྱལ་གྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་  
ཤེས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད། མཆོན་གཞི་ནི། གཟུགས་སྤྱི་རོལ་དོན་གྱིས་སྤྱོད་པར་  
མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆོས་ཀྱི་མཐོང་ལམ་ལྟ་བུ། བྱང་སེམས་  
འཕགས་པས་རང་རྒྱལ་གྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་བསྒྲོམ་པ་ལ་དགོས་པ་  
ཡོད་དེ། རང་རྒྱལ་གྱི་རིགས་ཅན་རྩེས་སུ་འཛིན་པའི་ཆེད་དང་། རང་རྒྱུད་ཀྱི་  
སྤྱི་རོལ་དོན་འཛིན་གྱི་རྟོག་པ་གཞོམ་པར་བྱ་བའི་ཆེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

༥ གསུམ་པ་ཅོད་པ་སྤྱོད་པ་ལ། ཁ་ཅིག་གཟུགས་སྤྱི་རོལ་དོན་གྱིས་

སྟོར་པར་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་རང་རྒྱལ་དང་སེམས་ཅམ་པ་གཉིས་ཀའི་ལྟ་  
 བ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་ལྟ་བ་དེ་དེ་གཉིས་ཀའི་ལྟ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 རྟགས་ཁས། འདོད་ན། དེ་དེ་གཉིས་ཀའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། ཡེ་ཤེས་  
 གང་ཞིག དེ་གཉིས་ཀའི་ལྟ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་སྟུམ། འདོད་  
 མི་རྒྱས་ཏེ། དེ་གཉིས་ཀའི་ལམ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རང་རྒྱལ་གྱི་  
 ལམ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཁྱོད་དུ་གྱུར་པའི་ཉན་ཐོས་གྱི་ལམ་དང་  
 ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག འདིར་མ་ཁྲབ་ཟེར། ཡང་ཁོ་ན་རེ།  
 བདག མེད་རྟོགས་པའི་ལྟ་བ་དེ་ཐེག་པ་གཉིས་ཀའི་ལྟ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
 དེ་གསུམ་བྱུན་མོང་བའི་ལྟ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་གསུམ་བྱུན་མོང་  
 གི་ལྟ་བ་གཅིག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་གསུམ་བྱུན་མོང་བའི་ལྷགས་  
 གཅིག་ཡོད་པ་གང་ཞིག། ཁྱོད་གྱི་དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་  
 དེ་གསུམ་པོ་རང་རྒྱུད་གྱི་ལྟ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར་ན། མ་ཁྲབ་  
 རྟེ། འོན་ཀྱང་ད་དུང་དཔྱོད་པའི་གནས་སུ་སྒྲུང་དོ། །ཁ་ཅིག ཤེས་སྒྲིབ་ཡིན་  
 བ། རང་རྒྱལ་གྱིས་གཙོ་བོར་མ་སྤང་བས་ཁྲབ་པར་ཐལ། རང་རྒྱལ་གྱིས་  
 ཤེས་སྒྲིབ་གཙོ་བོར་མི་སྤང་བའི་ཕྱིར་ན། མ་ཁྲབ། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། དེས་  
 གཟུགས་ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་དུ་འཇོན་པའི་རྟོག་པ་གཙོ་བོར་སྤང་བའི་ཕྱིར།  
 ཁྲབ་སྟེ། དེ་ཤེས་སྒྲིབ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཤེས་སྒྲིབ་རགས་པ་ཡིན་

པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག གཟུགས་དང་གཟུགས་འཛིན་པའི་ཚད་མ་རྩལ་གཞན་  
 གྱིས་སྟོང་པར་ཐལ། གཟུགས་ཕྱི་རོལ་དོན་གྱིས་སྟོང་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན།  
 དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། གཟུགས་དང་གཟུགས་འཛིན་པའི་ཚད་མ་གཉིས་  
 རྩལ་གཞན་དུ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་གཉིས་རྩལ་གཞན་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་གཉིས་རྒྱ་འབྲས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན་མ་གྲུབ་སྟེ། ཕྱི་  
 དོན་ཁས་ལེན་ན། དེ་གཉིས་རྒྱ་འབྲས་སུ་འཐད་ཀྱང་འདིར་ཕྱི་དོན་ཁས་མི་  
 ལེན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་རྒྱད་ཀྱི་གང་ཟག་གི་བདག་  
 མེད་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། རང་རྒྱལ་གྱི་ལམ་ཤེས་  
 པའི་ལམ་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། རང་ལུགས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་དེའི་ཕྱིར། དེར་  
 ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་རྒྱད་ཀྱི་གང་  
 ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་སྟོང་རྗེ་དེ་ཐེག་དམན་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་  
 གནས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་ཀྱི་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་  
 རྣམས་མཐུན་དེ་ཐེག་དམན་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པའི་ཕྱིར་ན། མ་  
 བྲལ། མ་གྲུབ་ན་དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱད་ཀྱི་གང་ཟག་གི་  
 བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཐེག་དམན་གྱི་རིགས་སུ་གནས་པའི་ཕྱིར།  
 དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱད་ལ་འཕགས་པ་འོག་མ་པའི་རྒྱད་  
 ལ་ཡོད་པ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་རྣམ་མཐུན་གྱི་རྣམ་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱམ་སྟེ། ཐེག་  
ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་གཙོ་བོར་བསྒྲིམ་པའི་རང་རྒྱལ་མེད་པའི་ཕྱིར། བྱས་པ་  
ལ་ཁོ་ན་རེ། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་སངས་འཕགས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་  
དེ་ཐེག་དམན་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་མི་གནས་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་  
པའི་ཡེ་ཤེས་གཙོ་བོར་སྒྲིམ་པའི་ཐེག་དམན་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མི་  
མཚུངས་སྒྲིམ་སྟེ། སྤྱི་མ་ནི་ཡུལ་ཅན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་དང་། སྤྱི་མ་ནི་ཡུལ་  
རྟོགས་ཚུལ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འོན་ཀྱང་ཁ་ཅིག་གིས་  
སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱད་ཀྱི་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཡེ་  
ཤེས། ཐེག་དམན་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་མི་གནས་ཀྱང་། སྤྱིར་གང་ཟག་གི་  
བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཐེག་དམན་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་ཞེས་  
ཟེར་རོ། །ཁ་ཅིག བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་རྒྱད་ལ་འཁོར་བ་ལ་ཡིད་འབྱུང་  
བའི་ཡིད་འབྱུང་ཡོད་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་ལ་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་ཀྱི་ནང་  
ཚན་སྟེ་ཀ་ལ་ཡིད་འབྱུང་བའི་ཡིད་འབྱུང་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེའི་རྒྱད་  
ལ་འཁོར་བ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན་མ་བྱམ་པོ།

རང་རྒྱལ་གྱི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་དེས་ཆ།

བཞི་པ་རང་རྒྱལ་གྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་དེས་འབྲེད་ཆ་  
མ་ཐུན་ནི། བཏགས་པའི་ཚོས་ཉིད་མི་འགལ་བར། །ཞེས་པ་ནས། རྣམ་པ་ཅན་

ནི་ཆོས་ཀྱི་མཆོག། །ཅེས་པའི་བར་གསུངས་ཏེ། དེའི་དོན་ནི་འགྲེལ་པ་ལས།  
གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ཀྱི་བདུ་ལས་བྱུང་བའི་བཏགས་པའི་ཆོས་ཉིད་  
དང་མི་འགལ་བར་རབ་ཏུ་སྟོན་པ་དང་། ཞེས་པ་ནས། དེས་པར་འབྱེད་པའི་  
ཆ་དང་མཐུན་པ་རྣམས་སྐྱེ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས། དེ་དག་གང་  
ལས་འཕྲོས་པ་ཡོད་དེ། གཟུགས་ནི་བཏགས་པ་ཅམ་མོ། །བཏགས་པ་ཅམ་  
གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཆོས་ཉིད་དེ། དེ་ནི་གནས་བཏན་རབ་འབྱོར་གྱིས་མི་འགལ་  
བར་བསྟན་ཏོ། །ཞེས་པ་ནས། ཆེ་དང་ལྡན་པ་ཤུ་རིའི་བྱ་དེ་ནི་འདི་ལྟར་གཟུགས་  
གཟུགས་ཀྱི་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དོ། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་མདོ་ལས་འཕྲོས་  
པའི་བྱེད།

འདིའི་སྐབས་སུ་རྩ་བའི་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པ་གཉིས་ལས། དང་  
པོ་ནི། ཞེས་བྱ་ཆོས་ཅན། རང་རྒྱལ་གྱི་ལམ་ཞེས་པའི་ལམ་ཞེས་ཀྱི་རྒྱ་དེས་  
འབྱེད་ཆ་མཐུན་དེ་ལ་བཞི་ཡོད་དེ། ཕྱི་དོན་མེད་པར་རྟོགས་ཀྱང་བརྟུར་  
བཏགས་པའི་ཆོས་ཉིད་དང་མི་འགལ་བར་ཆོས་སྟོན་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་ཐེག་  
ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་དྲོ་བར་གྱུར་པ་དང་། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཕྱི་རོལ་གྱི་  
དོན་དུ་འགྲེལ་པ་མེད་པར་རྟོགས་པ་ལ་སོགས་པས་ཕྱི་བའི་རྩེ་མོར་གྱུར་པ་  
དང་། རང་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་རྟོགས་པའི་མཐུ་ཡིས་གཟུགས་སོགས་  
ཕྱི་རོལ་དོན་དུ་མི་འཇོན་པའི་ཕྱིར་དུ་ཞུགས་པའི་བཟོད་པ་དང་། གཟུགས་



སོགས་ཕྱི་རོལ་ཕྱི་དོན་དུ་སྐྱེ་བ་མེད་པ་སོགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་རྟོགས་པའི་  
ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་ཆོས་ཀྱི་མཆོག་ཅེས་བྱ་བ་རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་རང་  
རྒྱལ་གྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱར་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ངེས་  
འབྲེད་ཆ་མཐུན། རང་རྒྱལ་གྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་ངེས་འབྲེད་  
ཆ་མཐུན་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། རང་རྒྱལ་གྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་  
འབྲས་བུར་གྱུར་པའི་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་  
ལམ་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། རང་  
རྒྱལ་གྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། །ཁ་ཅིག་ རང་  
རྒྱལ་གྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་ངེས་འབྲེད་ཆ་མཐུན་ཡིན་ན།  
སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་དེ་ཡིན་པས་བྱུང་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་  
པར་ཐལ། གཞུང་འདིས་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་  
སྦྱོར་ལམ་དེ་རང་རྒྱལ་གྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་ངེས་འབྲེད་ཆ་  
མཐུན་གྱི་ཤུགས་ལ་བསྟན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ ཕྱི་དོན་མེད་པར་རྟོགས་པའི་  
ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་དེ། གཞུང་འདིའི་ཤུགས་བསྟན་གྱི་རང་རྒྱལ་གྱི་ལམ་  
ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་ངེས་འབྲེད་ཆ་མཐུན་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་ཞིག་དེ་མི་  
འཐད་པར་ཐལ། དེ་གཞུང་འདིའི་དངོས་བསྟན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་ལྟར་རྣམ་

བཞད་ལས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོན་ཀྱང་འགྲེལ་པར་ཤུགས་བསྟན་དུ་  
གསུངས་པའི་དོན་ནི། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་སྒྲོར་ལམ་དང་། དེ་  
གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་དེ་ཤུགས་བསྟན་དང་འབྲེལ་བའི་དོན་ནོ། །ཚུལ་འདི་ནི་གོང་  
གི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་སྐབས་དང་མཚུངས་པར་སྒྲོར་རུང་དོ།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ནི། རང་རྒྱལ་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་  
པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་དོན་མདོན་རྟོགས། རང་རྒྱལ་གྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་  
གྱི་རྒྱ་ཤེས་འབྱེད་ཆ་མཐུན་གྱི་མཆོན་ཉིད་དོ།

ཕན་ཡོན་ཅན་གྱི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ། །

༦ གསུམ་པ་བྱང་སེམས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་འཆད་པ་ལ་  
གཉིས། མཐོང་ལམ་དང་། སྒྲོམ་ལམ་བཞད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། མདེར་  
བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཞད་པའོ། །

དང་པོ་ནི། བདེན་དང་བདེན་ལ་བཟོད་པ་དང་། །ཞེས་པ་ནས། བན་  
ཡོན་བཅས་པ་འདི་བཞད་དོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས་ཏེ། དོན་ནི། འགྲེལ་པ་  
ལས། ལམ་ཤེས་པ་ཉིད་ཀྱི་སྐབས་སུ། ཞེས་པ་ནས། བན་ཡོན་ཆེན་པོ་ཞེས་  
བཟོད་དོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས། དེ་དག་གང་ལས་འཕྲོས་པ་ཡོད་དེ།  
བཅུ་གཉིས་པ་ཤུ་རིའི་བྱ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་གང་ལས་བཅའ་བར་བྱ།  
ཤུ་རིའི་བྱས་སྒྲས་པ། ཀྱོ་ཤེ་ཀ། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ནི། རབ་

འགྱོར་གྱི་ལེ་ལུ་ལས་བཅའ་བར་བྱའོ། །ཞེས་པའི་མདོ་ལས་འཕྲོས་པའི་བྱིར།  
འདིའི་སྐབས་སུ་རྩ་བའི་དོན་ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། ལམ་ཤེས་ཉིད་ཀྱི་སྐབས་  
ལ་མཐོང་བའི་ལམ་པན་ཡོན་དང་བཅས་པ་འདི་བཤུད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་  
ཡང་སྤྲུག་ཀྱན་གྱི་བདེན་པ་དང་འགོག་ལམ་གྱི་བདེན་པ་ལ་བཟོད་པ་དང་  
ཤེས་པའི་སྐད་ཅིག་མ་རྣམ་པ་བཞི་བཞི་ཡི་སྒྲོ་ནས་བཤུད་པར་བྱ་བའི་བྱིར།

གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤུད་པ་ནི། དེ་བཞིན་ཉིད་དང་སངས་རྒྱས་དག།  
ཅས་པ་ནས། ལམ་ཤེས་ཉིད་ཀྱི་སྐད་ཅིག་མ། །ཞེས་པའི་བར་གྱིས་རྒྱས་པར་  
བཤུད་ཅིང་། དོན་ནི་འགྲེལ་བ་ལས། དོན་དམ་པའི་ཚུལ་གྱིས་དེ་བཞིན་ཉིད་  
དང་སངས་རྒྱས་དག་ལ་ཉིན་དང་བཟེན་པའི་དངོས་པོ་མེད་པས་དེའི་བྱིར།  
ཞེས་པ་ནས། ལམ་ཤེས་པ་ཉིད་ཀྱི་སྐད་ཅིག་མ་དག་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་  
གསུངས། དེ་དག་གང་ལས་འཕྲོས་པ་ཡང་ཡོད་དེ། གཟུགས་ཀྱི་དེ་བཞིན་  
ཉིད་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་མི་དམིགས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་ཡང་  
གཟུགས་ཀྱི་དེ་བཞིན་ཉིད་མི་དམིགས། ཞེས་པ་ནས། སེམས་ཅན་ཐམས་  
ཅད་དང་ཐུན་མོང་དུ་བྱས་ཏེ་མི་དམིགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྒྲོ་ན་མེད་པ་ཡང་  
དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་ཡོངས་སུ་བསྡོའོ། །ཞེས་པའི་བར་གྱི་མདོ་  
ལས་འཕྲོས་པའི་བྱིར། འདིའི་སྐབས་སུ་རྩ་བའི་དོན་དང་། མཐའ་དབྱུད་པ་  
གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་ཤེས་

བཟོད་སྐྱད་ཅིག་མ་བཙུ་བྱག་ཡོད་དེ། རོན་དམ་པར་སྐྱག་བདེན་གྱི་དེ་བཞིན་  
 ཉིད་དང་སངས་རྒྱས་ཉི་དེ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་ཡེ་ཤེས་  
 དག་པན་ཚུན་རྟོན་པ་དང་བརྟོན་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ན་རོན་དམ་པར་རྟོན་བརྟོན་  
 པའི་རྣམ་གངས་ཁས་མི་ལེན་པ་སྟེ་ཁས་ལེན་པ་མེད་པར་རྟོགས་པའི་ཐེག་  
 ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་སྐྱག་བསྐྱལ་ཆོས་བཟོད་དང་། གཟུགས་སོགས་ཀྱི་ཆོས་  
 དབྱིངས་རྒྱ་ཆེ་བ་རོན་དམ་པར་མེད་པར་རྟོགས་པའི་ཤེས་ཕྱིན་ཆེན་པོ་སྐྱག་  
 བསྐྱལ་ཆོས་ཤེས་དང་། སྐྱག་བསྐྱལ་རོན་དམ་པར་འཇལ་བའི་ཆད་མ་མེད་  
 པར་རྟོགས་པའི་སྐྱག་བསྐྱལ་རྗེས་བཟོད་དང་བཅས་པ་དང་། སྐྱག་བསྐྱལ་གྱི་  
 ཆད་རོན་དམ་པར་མེད་པར་རྟོགས་པའི་སྐྱག་བསྐྱལ་རྗེས་ཤེས་དང་། གྲུན་  
 འབྱུང་རོན་དམ་པར་རྟོག་ཆད་ཀྱི་མཐའ་མེད་པར་རྟོགས་པའི་གྲུན་འབྱུང་  
 ཆོས་བཟོད་དང་། ཆོས་བཟོད་དེར་གནས་ནས་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་རང་བཞིན་བདེན་སྟོང་ཉིད་དུ་ངེས་པར་འཇིན་པའི་གྲུན་  
 འབྱུང་ཆོས་ཤེས་དང་། རོན་དམ་པར་སྤང་བ་མེད་ཅིང་དོར་བ་མེད་པ་སོགས་  
 སུ་རྟོགས་པའི་གྲུན་འབྱུང་རྗེས་བཟོད་དང་། བྱམས་པ་ལ་སོགས་པ་ཆད་  
 མེད་བཞི་སྟོམ་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པའི་གྲུན་འབྱུང་རྗེས་ཤེས་དང་།  
 འགོག་པའི་རང་བཞིན་སྟོང་པ་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་འགོག་པ་ཆོས་  
 བཟོད་དང་། འབྲས་བུ་སངས་རྒྱས་ཉིད་ནི་འཕྲོག་པར་བྱེད་པའི་འགོག་པ་

ཆོས་ཤེས་དང་། རྣམ་པར་བྱང་བའི་རིགས་ཀྱི་ཡོངས་སུ་བསྐྱུས་པའི་  
འགོག་པ་རྗེས་བཟོད་དང་། བྱིའི་འཆོ་བ་ཉམ་ང་བ་དང་ནང་གི་ནད་ཀྱི་སེལ་  
བར་བྱེད་པའི་འགོག་པ་རྗེས་ཤེས་དང་ལམ་བཤེན་གྱི་ཐོབ་བྱ་མཐར་ཐུག་གི་  
ཟུང་ན་ལས་འདས་པ་ནི་བཤེན་འཛིན་གྱི་སྒྲོས་པ་ནི་བའི་བཤེན་སྟོང་ཉིད་དུ་  
རྟོགས་པའི་ལམ་ཆོས་བཟོད་དང་། སངས་རྒྱས་བཙུངས་ལྡན་འདས་རྣམས་  
ཀྱིས་རང་ཉིད་ལ་གནས་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་བསྐྱུང་བ་ལ་སོགས་པར་བྱེད་  
པའི་ལམ་ཆོས་ཤེས་དང་། སྒོག་མི་གཙོད་པ་ལ་སོགས་པའི་དགེ་བ་བཅུ་པོ་  
རྣམ་པ་ཀྱི་མཁྱེན་པའི་སངས་རྒྱས་སྐུ་བ་པར་བྱེད་པའི་ཚུལ་ལ་ནི་བདག་  
ཉིད་ཀྱང་གནས་ཏེ། སེམས་ཅན་གཞན་དག་འགོད་པར་བྱེད་པའི་ལམ་རྗེས་  
བཟོད་དང་། སྤྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་བྱིན་ཐུག་གི་དགེ་ཅེ་རྣམས་རྟོགས་པའི་  
བྱང་ཚུབ་ཏུ་བསྒྲོ་བར་བྱེད་པའི་ལམ་རྗེས་ཤེས་ཏེ། མདོར་ན་ལམ་ཤེས་ཉིད་  
ཀྱི་སྐབས་སུ་མཐོང་ལམ་སྐད་ཅིག་མ་བཅུ་ཐུག་ཡོད་པའི་བྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག ངན་  
སོང་གསུམ་དང་སྤྱི་མི་སྟོན་པ་ཆེ་དེ་ལ་མཆོམས་མེད་པའི་ལས་སྟོབས་ཆེན་  
བསགས་ལ་མ་སྐྱུངས་པ་རྣམས་ཀྱི་རྟེན་ལ་མཐོང་ལམ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་  
ཟེར་ན། དེ་མེད་པར་ཐལ། དེ་དག་གི་རྟེན་ལ་མཐོང་ལམ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ལ་  
གོགས་བྱེད་ཀྱི་སྐྱེ་བ་པ་ཆེན་པོས་བསྐྱེབས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག ཟ་མ་དང་མ་



ནིང་གི་རྟེན་དང་། ཁམས་གོང་མའི་རྟེན་ལ་དེ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་ཟེར་ན། དེ་  
 མི་འཐད་པར་ཐལ། སྤྲ་མ་དེ་གཉིས་ཀྱི་རྟེན་ལ་མཐོང་ལམ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ལ་  
 གོགས་བྱེད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་པའི་སྐྱེ་བ་ཤས་ཆེན་པོས་བསྐྱེབས། ཁམས་  
 གོང་མའི་རྟེན་གྱི་སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་རྣམས་སྐྱེ་ཤས་ཆུང་བའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་དེར་ཐལ།  
 བསྐྱེ་བ་ལས། གཟུགས་ཀྱི་ཁམས་དང་གཟུགས་མེད་པའི་ཁམས་གོང་མར་  
 སྐྱེས་པས་ཀྱང་དང་པོར་བདེན་པ་རྣམས་མདོན་པར་མི་རྟོགས་ཏེ། ཞེས་པ་  
 དང་། མཛོད་ལས། གོང་ན་མཐོང་ལམ་མེད། །མི་སྐྱེ། ཞེས་གསུངས་པའི་  
 ཕྱིར། ཁ་ཅིག་དེ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་དེ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་མེད། ཟེར་ན། དེ་ཡོད་  
 པར་ཐལ། དེ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་རྣམ་མཁྱེན་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པ་གང་ཞིག་  
 །དེ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་མཐོང་ལམ་དང་རྣམ་མཁྱེན་གཉིས་སྐྱེ་དགོས་སུ་  
 མཆུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་གྱི་སེམས་རྟེན་ཡིན་ན།  
 དེའི་རྒྱ་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་གྱི་ངོ་བོར་གྱུར་པའི་  
 བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་  
 ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་དེ་རང་དང་ངོ་བོ་གཅིག་པའི་སེམས་རྟེན་བསམ་གཏན་  
 བཞི་པའི་སེམས་རྟེན་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སེམས་རྟེན་  
 པལ་ཆར་ས་དེ་དང་དེའི་ངོ་བོར་སྐྱེས་པ་ཞིག་ལ་འཛོག་དགོས་པའི་ཕྱིར།  
 འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེ་ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་དང་ངོ་བོ་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་གྱི་  
 སེམས་ཏྲན་ཡིན་ན། དེ་དང་ངོ་བོ་གཅིག་ཡིན་པས་ཁྲབ་ཟེར་ན། ཐེག་ཆེན་  
 སྒྲོར་ལམ་ཆོས་མཆོག་སྐད་ཅིག་ཐ་མའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་དེ་རང་གི་སེམས་ཏྲན་ཆོས་མཆོག་  
 སྐད་ཅིག་ཐ་མའི་ཡེ་ཤེས་ལ་བཏྲན་ནས་སྦྱེས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་མ་ཁྲབ་ཟེར།  
 འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེ་ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་  
 ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་དེ། འདོད་སེམས་ལ་བཏྲན་ནས་སྦྱི་  
 བོ་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། འདོད་སེམས་དང་སྒྲོར་ལམ་ཆོས་མཆོག་  
 སྐད་ཅིག་ཐ་མའི་གཞི་མ་ཐུན་ཡང་མེད། དེ་དང་ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་  
 ཆད་མེད་ལམ་གྱི་གཞི་མ་ཐུན་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་གཉིས་གང་  
 རུང་ཡིན་ན། མཉམ་གཞག་གི་སས་བསྐྱས་དགོས། འདོད་སེམས་ཡིན་ན།  
 མཉམ་པར་མ་བཞག་པའི་སས་བསྐྱས་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ བདེན་བཞི་  
 མི་རྟག་སོགས་བཅུ་དྲུག་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་བདེན་པ་མངོན་རྟོགས།  
 མཐོང་ལམ་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་མཐོང་  
 ལམ་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། བདེ་མ་  
 བཞི་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར།  
 འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། རང་གི་གཞལ་བྱ་ཀུན་རྫོབ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་

པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། སྟོང་ཉིད་  
མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སྟོབ་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་མི་རྟག་སོགས་  
བརྩ་དུག་བདེན་སྟོང་སྟོས་བྲལ་དུ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་  
བདེན་པ་མངོན་རྟོགས། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། བྱང་  
སེམས་མཐོང་ལམ་པའི་རྒྱད་གྱི་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། མཆོན་  
ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་མཐོང་ལམ་པའི་  
རྒྱད་གྱི་མཐུན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་  
པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །

ཁ་ཅིག་ ཐེག་ཆེན་སྟོར་ལམ་ཆོས་མཆོག་གི་རྩེ་སྒྲུབ་བའི་ཐེག་  
ཆེན་གྱི་བདེན་པ་མངོན་རྟོགས། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན།  
ཐེག་ཆེན་སྟོར་ལམ་ཆོས་མཆོག་གི་རྒྱར་བྱར་བའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་  
ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། རྟགས་སྒྲ། འདོད་ན།  
དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྟོར་ལམ་ཆོས་མཆོག་གི་སྤྲ་རོལ་དུ་  
བྱང་པའི་ཕྱིར། དེ་དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ཐེག་མཐོང་ལམ་  
ཤེས་བཟོད་སྐྱད་ཅིག་མ་བརྩ་དུག་པོ་རྣམས་རིམ་ཅན་དུ་སྦྱེ་སྦྱེ། སྤྱག་བསྐྱེད་  
ཆོས་བཟོད་སྦྱེས་པའི་རྩེ་སྒྲུབ་སྤྱག་བསྐྱེད་རྩེ་སྒྲུབ་བཟོད་སྦྱེ་བ་སོགས་རིགས་  
འགྲེ་བའི་ཕྱིར། །དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བཟོད་པ་བརྒྱད་

ཅིག་ཅར་དུ་སྐྱེ་ཞིང་། ཤེས་པར་བརྒྱད་ཀྱང་ཅིག་ཅར་དུ་སྐྱེ་བའི་སྤྱིར། དེར་  
 ཐལ། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཡིན་ན། བཟོད་པ་བརྒྱད་ཀ་  
 ཡིན་དགོས། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་ཡིན་ན། ཤེས་པ་བརྒྱད་  
 ཀ་ཡིན་དགོས་པའི་སྤྱིར། ཁ་ཅིག་ ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་ཤེས་བཟོད་སྐྱད་  
 ཅིག་མ་བཅུ་དྲུག་པོ་ཅིག་ཅར་རིམ་ཅན་གང་རུང་དུ་མི་སྐྱེ་སྤྱེ། ཅིག་ཅར་སྐྱེ་  
 བ། བར་ཆད་མེད་ལམ་དང་རྣམ་གྲོལ་ལམ་གཉིས་ཅིག་ཅར་དུ་སྐྱེ་དགོས་ལ།  
 རིམ་གྱིས་སྐྱེ་ན། བཟོད་པ་བརྒྱད་ཀྱང་རིམ་གྱིས་སྐྱེ་དགོས་པའི་སྤྱིར། སྤྱིར་  
 ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། འདུས་བྱས་ཡིན་ན། ཅིག་ཅར་རིམ་ཅན་གང་  
 རུང་དུ་སྐྱེ་དགོས་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། དེ་གང་རུང་དུ་བྱུང་དགོས་  
 པའི་སྤྱིར།

ཁ་ཅིག་ ཡུལ་བདེན་བཞིའི་ཆོས་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཆ་ནས་བཟོད་པ་  
 བརྒྱད་དང་ཡུལ་ཅན་བཟོད་པ་བརྒྱད་པོ་རྣམས་རྟོགས་པའི་ཆ་ནས་རྗེས་  
 ཤེས་བརྒྱད་དུ་འཛོག་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཡུལ་ཅན་བཟོད་པ་  
 བརྒྱད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་རྗེས་ཤེས་མེད་  
 པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། གུན་རྫོབ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་མཐོང་  
 ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་མེད་པའི་སྤྱིར། རྟོགས་བསྐྱབ་ཟེར། ཁ་ཅིག་ ཐེག་ཆེན་  
 མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པའི་རྒྱད་ཀྱི་ཤེས་པ་ཡིན་ན། མཐོང་ལམ་

བར་ཆད་མེད་ལམ་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་  
 མེད་ལམ་ཉམས་སྲུ་སྟོང་བའི་རང་རིག་མངོན་སུམ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ།  
 དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། རྣལ་འབྱོར་མངོན་སུམ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར།  
 ཁ་ཅིག་ ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་པའི་རྒྱད་ཀྱི་མངོན་སུམ་དུ་གྱུར་པའི་ཡེ་ཤེས་  
 ཡིན་ན། མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན། བྱང་སེམས་  
 མཐོང་ལམ་པའི་རྒྱད་ཀྱི་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་  
 ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣལ་འབྱོར་མངོན་སུམ་  
 དུ་གྱུར་པའི་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་མཐོང་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སྟོང་ཉིད་  
 མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་སྲུ་ཐལ་ལོ། །

ཁ་ཅིག་ བྱང་སེམས་མཐོང་ལམ་པའི་རྒྱད་ལ་རྗེས་ཐོབ་ཡེ་ཤེས་དང་  
 མངོན་སུམ་གྱི་གཞི་མཐུན་མེད་བེད་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་ཀྱི་སྲུ་  
 གུ་བདེན་སྟོང་སྲུ་མ་ལྟ་བུར་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་མངོན་  
 སུམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ལམ་བསྐྱེགས་ལས། རྟོན་འབྲེལ་སྲུ་མ་ལྟ་  
 བུར་སྒྲུང་བའི་སྟོ་འདྲེ་རུང་འཛིན་པའི་རྟོག་བྲལ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
 ཁ་ཅིག་ ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱིས་རང་ཉིད་རྟོགས་བེད་  
 ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེས་རང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་ཡང་མ་རྟོགས།  
 རྟགས་ལ་ཡང་མ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་



བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་གཞལ་བྱར་གྱུར་པའི་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་མེད་པའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་གཞལ་བྱ་སྟོང་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁོ་ན་རེ། དེའི་གཞལ་  
བྱ་ཡིན་ན། སྟོང་ཉིད་ཡིན་དགོས་ཀྱང་། དེའི་གཞལ་བྱ་སྟོང་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་  
ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ནི་ཆོག་ཙམ་ལ་བརྟེན་པ་མ་གཏོགས་རྒྱ་མཚན་  
ཡང་དག་མེད་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་དེར་ཐལ། དེའི་ཤུགས་རྟོགས་མེད་པའི་ཕྱིར།  
ཁ་ཅིག འདའ་བྱ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་  
ལམ་དང་འགའ་བྱེད་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་གཉིས་ཀྱི་  
ནང་ནས་དང་པོར་འདའ་བྱའི་མཐོང་ལམ་དང་། དེ་རྗེས་འདའ་བྱེད་གྱི་མཐོང་  
ལམ་སྐྱེའོ་བེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་དུ་དང་པོ་ཉིད་ནས་རིགས་  
ངེས་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱིས་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་  
ཆད་མེད་ལམ་རང་རྒྱད་ལ་མ་སྐྱེས་པར་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་  
མཐོང་ལམ་སྐྱེ་བའི་སྐབས་མེད་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་འདའ་བྱའི་མཐོང་ལམ་  
རང་རྒྱད་ལ་མ་སྐྱེས་པར་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་མཐོང་ལམ་སྐྱེ་བ་མེད་བེར་ན།  
དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དང་པོ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཐེག་དམན་གྱི་  
མཐོང་ལམ་ཐོབ་ནས་དེའི་རྗེས་སུ་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་  
ལམ་རྒྱད་ལ་སྐྱེས་པའི་བྱང་སེམས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག འདའ་བྱ་འདའ་

བྱེད་ཀྱི་མཐོང་ལམ་གཉིས་འགལ་བེར་ན། དེ་མི་འགལ་བར་ཐལ། ལྷག་པ་  
 ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པའི་ངོ་བོར་གྱུར་པའི་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་མཐོང་ལམ་དེ་དེ་  
 གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་འདའ་བྱེད་གང་ཞིག འདའ་བྱའི་  
 མཐོང་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་ཀྱིས་རྣམ་མཁྱེན་  
 ཐོབ་པའི་ཕྱིར་དུ་ལྷག་པ་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ལ་གཙོ་བོར་འབད་དགོས་  
 པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་དེར་ཐལ། ཐེག་དམན་ཀྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པའི་ཐེག་  
 ཆེན་ཀྱི་མཐོང་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་དམན་པས་ཐར་པ་ཐོབ་  
 ཕྱིར་དུ་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་གཙོ་བོར་ཉམས་སུ་ལེན་དགོས་པའི་ཕྱིར།  
 ཁ་ཅིག མཐོང་སྤང་དངོས་སུ་སྤོང་བྱེད་ཀྱི་བདེན་པ་མངོན་རྟོགས། མཐོང་  
 ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཀྱི་མཆོན་ཉིད། དེ་དངོས་སུ་སྤངས་པའི་བདེན་པ་  
 མངོན་རྟོགས། མཐོང་ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་བེར་ན། དང་པོ་ལ་  
 ཉན་ཐོས་ཀྱི་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ།  
 མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། མཐོང་སྤང་ཤེས་སྒྲིབ་དངོས་སུ་སྤོང་བྱེད་  
 ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཉན་ཐོས་མཐོང་ལམ་རྣམ་གྲོལ་  
 ལམ་པ་བས་མཐོང་སྤང་ཤེས་སྒྲིབ་དངོས་སུ་སྤངས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་  
 ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །ཕྱི་མ་ལ་ཉན་ཐོས་མཐོང་ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་ཀྱིས་  
 མ་ངེས་སོ། །ཁ་ཅིག མཐོང་སྤང་ཤེས་སྒྲིབ་སྤོང་བྱེད་ཀྱི་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་བདེན་

པ་མངོན་ཉོགས། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་མཆོན་ཉིད།  
དེ་སྤངས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་བདེན་པ་མངོན་ཉོགས། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་  
རྣམ་གྲོལ་ལམ་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། ཕྱི་མ་མི་འཐད་པར་ཐལ། བྱང་སེམས་  
མཐོང་ལམ་རྗེས་ཐོབ་པས་མཐོང་སྤངས་ཤེས་སྒྲིབ་སྤངས་པའི་ཕྱིར། དེར་  
ཐལ། དེས་མཐོང་སྤང་ཤེས་སྒྲིབ་སྤངས་པའི་རྣམ་གྲོལ་ལམ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། དེས་ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར། བྱབ་སྟེ།  
ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་གྱིས་མཐོང་སྤང་ཤེས་སྒྲིབ་སྤངས་པའི་  
ཕྱིར།

ཁ་ཅིག ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པའི་རྒྱད་ལ་ཐེག་  
ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་སྤྲུལ་སྤྲུལ་ཤིང་ཕྱིས་ཀྱང་སྤྱི་བའི་རྒྱས་པ་མཉམ་པར་  
ཡོད་ཀྱང་། དེའི་རྒྱད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་མེད་དོ། །གསུང་ན། རྣམ་  
བཤད་ལྟར་བྱེད་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་  
བསྐྱེད་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་  
ན། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་བྱའོ་  
སྟེ་པའི་ཐུགས་བསྐྱེད་མངོན་འགྱུར་བ་ཡོད་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
དེ་ལྟར་མི་དགོས་པར་གསུངས་པའི་རྣམ་བཤད་ཀྱི་ལུས་སྤྲུལ་བྱངས་ཟིན་  
པའི་ཕྱིར། འདི་ལྟར་བྱེད་ན། དེའི་རྒྱད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་ཀྱང་།

དེ་ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་མ་ཡིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་། རྗེ་ཟླ་  
མས་དེ་ལྟར་ཡོད་མེད་བཞིན་པ་ནི་དངོས་སུ་མི་གསལ་ཡང་། རྣམ་བཤད་  
རིགས་པའི་རྒྱ་མཚོ་ལས། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པའི་  
རྒྱད་ལ་ཤེས་སྒྲིབ་ཀྱི་བག་ཆགས་བསྒྲོ་བའི་གཞིར་གྱུར་པའི་ཡིད་ཤེས་མེད་  
པ་ལྟ་བུར་གསུངས་འདུག་པས། དེ་ལྟར་ན། དེའི་རྒྱད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་  
བསྐྱེད་ཀྱང་མེད་དགོས་སོ། །དེ་ལྟར་ནའང་། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་བྱང་  
སེམས་ཀྱི་རྒྱད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་དགོས་ཏེ། དེ་མེད་ན་གཉིད་  
འབྲུག་པོ་སོགས་ཀྱི་ཆེ་ཡང་དེའི་རྒྱད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་མེད་པར་  
ཐལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །

ཁ་ཅིག་ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་ལས་ལངས་པའི་རྗེས་སུ་  
ཐེག་ཆེན་སྒྲོམ་ལམ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དེར་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་  
ཐེག་ཆེན་ཀྱི་མཐོང་ལམ་སྐྱེ་བ་མེད་ཟེར། ཁ་ཅིག་དེ་ཡོད་དོ་ཟེར་ན། དེ་ཞིག་  
ལ། དང་པོ་དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་ན། ས་དང་པོའི་གནས་སྐབས་  
སུ་སྟོང་ཉིད་རིགས་པའི་རྣམ་གྲངས་དུ་མས་སྒྲོམ་མི་དགོས་པའི་སྒྲིབ་དུ་  
འགྱུར་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་ལས་ལངས་  
རྗེས་སུ་ས་གཉིས་པ་མ་ཐོབ་གོང་དེར་སྟོང་ཉིད་གཙོ་བོར་སྒྲོམ་པའི་མཐོང་  
ལམ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེར་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་

མཐོང་ལམ་མེད་པའི་ཕྱིར། མ་ཁྱབ་ན། ཐེག་ཆེན་སྒོམ་ལམ་སོ་སོའི་རྣམ་གྲོལ་  
ལམ་ལས་ལངས་རྗེས་སུ་རང་རང་གི་སྐད་ཅིག་ཐ་མའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་མ་  
ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་མེད་པར་ཐལ། མ་ཁྱབ་པ་  
དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། བྱང་སེམས་འཕགས་པས་ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་ནས་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་བར་དུ་སྟོང་ཉིད་ལན་འདི་ཙམ་ཞིག་རྟོགས་ཞེས་གྲངས་ཀྱི་  
མཐའ་འཛིན་རིགས་པར་ཐལ། དེས་ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་ཐོབ་པ་ནས་སངས་  
མ་རྒྱས་ཀྱི་བར་དུ་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་ལན་སུམ་ཙུ་ཙམ་ལས་  
ལྷག་འབྱུང་བ་མི་སྲིད་ཅེས་དམ་བཅའ་རིགས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་ས་  
བརྩ་སོ་སོ་ལ་ཐོག་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་གཉིས་རེ་དང་ས་སོ་སོའི་རྣམ་  
གྲོལ་ལམ་རེ་རེ་དང་བཅས་གསུམ་གསུམ་འབྱུང་ཞིང་དེ་ལས་གཞན་དུ་ས་དེ་  
རྣམས་སུ་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་བྱུང་མ་འབྱུང་བ་མེད་  
པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཁྱོད་ཀྱི་དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། མི་འཐད་  
པར་ཐལ། འཆང་རྒྱ་བ་ལ་སྦྱར་ན་བསྐལ་བ་ཆེན་པོ་གྲངས་མེད་གསུམ་དུ་  
ཆོགས་གསོག་དགོས་པ་གང་ཞིག དེའི་བར་དུ་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་གྲངས་  
ཀྱི་མཐའ་འདི་ཙམ་ཞིག་ལས་མེད་ཅེས་འདོད་ན། བྱང་སེམས་ཀྱིས་འཆང་  
རྒྱ་བ་ལ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་དཔག་མེད་གསོག་མི་དགོས་པར་ཁས་སྐྱངས་  
པར་འབྱུང་བའི་ཕྱིར།



༩ གཉིས་པ་རང་གི་ལྷགས་ལ། ལུས་ཆེན་སོགས་གོ་བར་ཟད་ལ།  
 བདེན་པ་མངོན་ཏྟགས། མཐོང་ལམ་གྱི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན། ཉན་ཐོས་  
 གྱི་མཐོང་ལམ། རང་རྒྱལ་གྱི་མཐོང་ལམ། ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་དང་  
 གསུམ་ཡོད། ཐེག་ཆེན་གྱི་བདེན་པ་མངོན་ཏྟགས། ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་  
 གྱི་མཆོན་ཉིད། ཐེག་དམན་གྱི་བདེན་པ་མངོན་ཏྟགས། ཐེག་དམན་གྱི་མཐོང་  
 ལམ་གྱི་མཆོན་ཉིད། ཉན་རང་སོ་སོའི་མཐོང་ལམ་ལའང་རིགས་པ་སྟོབ་  
 སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་ཏྟགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་བདེན་པ་མངོན་ཏྟགས།  
 སྟོང་ཉིད་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་མཉམ་པར་བཞག་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་གྱི་  
 མཆོན་ཉིད་དམ། ཡང་ན་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་ཏྟགས་པའི་ཐེག་ཆེན་མཐོང་  
 ལམ་གྱི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ། དེར་གྱུར་པའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་དང་རྣམ་གྲོལ་  
 ལམ་གཉིས། བདེན་འཛིན་ཀུན་བཏགས་ཀྱི་དངོས་གཉིན་དུ་གྱུར་པའི་ཐེག་  
 ཆེན་གྱི་བདེན་པ་མངོན་ཏྟགས། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་  
 མཆོན་ཉིད། བདེན་འཛིན་ཀུན་བཏགས་ལས་དངོས་སུ་གྲོལ་བའི་ཐེག་ཆེན་  
 གྱི་བདེན་པ་མངོན་ཏྟགས། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་གྱི་མཆོན་  
 ཉིད། དང་པོ་ལ། དེར་གྱུར་པའི་བཟོད་པ་བརྒྱད་དང་། ཕྱི་མ་ལ་དེར་གྱུར་པའི་  
 ཞེས་པ་བརྒྱད་ཡོད། དང་པོ་བརྒྱད་འཛིན་ཚུལ་ཡོད་དེ། སྐྱག་བསྐྱལ་ཆོས་  
 བཟོད་དང་། སྐྱག་བསྐྱལ་རྗེས་བཟོད་གཉིས། དེ་བཞིན་དུ། ཀུན་འབྱུང་།

འགོག་པ། ལམ་ལའང་སྐར་བས་བརྒྱད་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་བརྒྱད་ཡོད་དེ།  
སྤྱག་བསྐལ་ཆོས་ཤེས་དང་། སྤྱག་བསྐལ་རྗེས་ཤེས་གཉིས། དེ་བཞིན་དུ་  
སྤྱག་མ་གསུམ་ལའང་སྐར་བས་བརྒྱད་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་  
བར་ཆད་མེད་ལམ་དང་། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བཟོད་པ་བརྒྱད་དོ་བོ་གཅིག་  
ལ་ལྷོག་པ་ཐ་དད། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་དང་། ཐེག་ཆེན་  
མཐོང་ལམ་ཤེས་པ་བརྒྱད་དོ་བོ་གཅིག་ལ་ལྷོག་པ་ཐ་དད་ཅུ་མ་མོ། །ཡུལ་  
བདེན་བཞིའི་ཆོས་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་ལ་སྐྱག་རིགས་པ་ལ་མི་སྐྱག་  
པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཆོས་བཟོད་དང་། ཡུལ་ཅན་ཆོས་བཟོད་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་  
མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་ལ་སྐྱག་རིགས་པ་ལ་མི་སྐྱག་པས་རྗེས་བཟོད་ཅེས་  
བརྗོད་ལ། བདེན་འཛིན་ཀུན་བཏགས་སྤངས་པའི་སློན་ས་བདེན་བཞིའི་ཆོས་  
ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པས་ཆོས་ཤེས་དང་། དེའི་སློན་ས་ཆོས་ཤེས་  
བཞིའི་ཆོས་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་རྗེས་ཤེས་ཞེས་  
བརྗོད་དོ། །འདའ་བྱེད་འདའ་བྱེད་ཀྱི་མཐོང་ལམ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་དང་པོར་  
འདའ་བྱེད་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་སྐྱེས་  
པའི་རྗེས་སུ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་འདའ་བྱེད་  
ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་སྐྱེ་བ་ཡིན་ཏེ། བྱང་སེམས་ཀྱིས་སྟོང་ཉིད་མངོན་  
སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་མ་ཐོབ་པར་གང་ཟག་གི་བདག་

མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་ཐོབ་པ་མི་སྲིད་པའི་  
བྱེད། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་པ་དེ་ཐེག་ཆེན་སྟོམ་ལམ་དུ་འཕོས་པའི་དུས་  
མཚམས་ཡོད་དེ། ས་དང་པོའི་ངོས་སྐལ་གྱི་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོགས་རྫོགས་  
པ་ལ་ཉེ་བར་མངོན་དུ་རྟོགས་པའི་ཆེ་སྟོམ་སྤང་བདེན་འཛིན་གཙུག་པོར་སྤོང་  
བའི་བྱེད་དུ་སྟོང་ཉིད་ལ་མངོན་སུམ་དུ་མཉམ་པར་མི་འཛོག་ཚུན་ཆད་མཐོང་  
ལམ་དང་། དེ་ལྟར་མཉམ་པར་བཞག་པ་ན་སྟོམ་ལམ་དུ་འཕོས་པ་ཡིན་པའི་  
བྱེད།

༥ གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྤོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་ཁམས་གོང་མའི་རྟོན་ལ་ཐེག་  
ཆེན་མཐོང་ལམ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པར་ཐལ། དེའི་རྟོན་ལ་གསར་དུ་སྐྱེས་  
པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་ཡོད་པའི་བྱེད་ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། མ་གྲུབ་ན་དེར་  
ཐལ། དེའི་རྟོན་ཅན་གྱི་བྱང་འཕགས་ཡོད་པའི་བྱེད། མ་ཁྲབ་ན། ཁྲབ་པར་  
ཐལ། དེ་ཡོད་ན་དེའི་རྒྱད་ལ་ཆེ་དེར་གསར་དུ་སྐྱེས་པའི་མཐོང་ལམ་ཡོད་  
དགོས་པའི་བྱེད། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་ལ་མཐོང་ལམ་གོང་འཕེལ་དུ་སོང་བ་  
ཡོད་དགོས་པའི་བྱེད། ཁ་ཅིག་འདོད་སེམས་ཀྱི་སེམས་རྟོན་ལ་བརྟེན་ནས་  
སྐྱེས་པའི་ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་ལ་  
བརྟེན་ནས་སྐྱེས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་ཡོད་པའི་བྱེད་ན། མ་ཁྲབ། མ་  
གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་གསར་དུ་སྐྱེས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྟོམ་

ལམ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཁམས་གསུམ་དགའའི་སེམས་རྟེན་ལ་བརྟེན་  
ནས་སྐྱེས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོམ་ལམ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ས་དགུ་ལ་  
ནི་ཆེན་པོ་ཡི། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་མ་བྱུང་བེད་ན། དེ་ཡོད་  
པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡོད་པར་འབྲེལ་ཆེན་ལས་བཤའ་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ཐེག་  
ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་དེ་འདོད་སེམས་ལ་བརྟེན་ནས་གསར་དུ་སྐྱེ་བར་ཐལ།  
དེ་ལ་བརྟེན་ནས་གསར་དུ་སྐྱེ་བའི་དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ན་ཡང་མ་བྱུང་། ཁ་ཅིག་  
ཐེག་དམན་གྱི་མཐོང་ལམ་ཡིན་ན། མི་རྟག་སོགས་བཅུ་དྲུག་བདེན་སྟོང་སྒྲོས་  
བྲལ་དུ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། སྐབས་  
འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་ལ་དེ་ལྟར་དགོས་པའི་  
ཕྱིར་ན། མ་བྱུང་། མ་བྱུང་ན་དེར་ཐལ། གཞུང་འདིའི་དངོས་བསྟན་གྱི་མཐོང་  
ལམ་ལ། སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་གྱིས་  
བྱུང་བའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་ཤེས་བཟོད་སྐད་ཅིག་མ་  
བཅུ་དྲུག་པོ་དེ། བྱ་རྟོགས་ཀྱི་བུང་མཐའི་སྐད་ཅིག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་བྱ་  
རྟོགས་ཀྱི་སྐད་ཅིག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན། མ་བྱུང་། མ་བྱུང་ན་དེར་ཐལ། དེ་  
བཅུ་དྲུག་པོ་བྱ་རྟོགས་ཀྱི་མཉམ་གཞག་བུན་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་  
ཐལ། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པས་མཉམ་གཞག་དེ་ལས་མ་  
ལངས་པར་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་ཕྱིར།

འདོད་མི་རྒྱས་སོ། །ཁ་ཅིག ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་ཤེས་བཟོད་སྐད་ཅིག་  
མ་བཙུ་བྱུག་པོ་རྣམས་ཅིག་ཅར་རིམ་ཅན་གང་རུང་དུ་མི་སྐྱེ་བར་ཐལ། དེ་  
རྣམས་ཅིག་ཅར་དུ་མི་སྐྱེ་བ་གང་ཞིག །རིམ་ཅན་དུ་ཡང་མི་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་ན།  
མ་ཁྲབ། དང་པོ་དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་དང་།  
ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་གཉིས་ཅིག་ཅར་དུ་མི་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར།  
ཕྱི་མ་གྲུབ་ན་དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་བཟོད་པ་བརྒྱད་པོའི་མ་ཅན་  
དུ་མི་སྐྱེ་ཞིང་། ཤེས་པ་བརྒྱད་ཀྱང་རིམ་ཅན་དུ་མི་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར། མ་ཁྲབ་ན།  
རྣམས་ཤེས་པའི་མང་ཆིག་སྟོས་པ་ལ་དོན་མེད་པར་ཐལ་སོ། །འདོད་མི་རྒྱས་  
སོ། །ཟེར་ན་དེ་རྣམས་ཆོས་ཅན། དེ་རྣམས་ཀྱི་ལྷོག་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་  
ཆེན་མཐོང་ལམ་བཟོད་པ་བརྒྱད་ཀྱི་ལྷོག་པ་མ་ཡིན་པ་གང་ཞིག །ཅིག་ཤོས་  
ཀྱི་ལྷོག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་པ་ཁས། རྟགས་གསལ་སྟེ། །

ཁ་ཅིག ཐེག་ ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱིས་རང་ཉིད་  
རྟོགས་པར་ཐལ། དེས་རང་ཉིད་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་རང་ཉིད་  
འགྲུབ་པའི་ཕྱིར་ན། མ་ཁྲབ། རྟགས་དེར་ཐལ། དེས་ཆད་མ་གཞན་ལམ་  
བསྟོས་པར་རང་ཉིད་དེས་པའི་དེས་ཤེས་འདྲེན་རྒྱས་པའི་ཕྱིར། ཁོ་ན་རེ།  
དེས་རང་ཉིད་རྟོགས་པར་ཐལ། དེས་བྱང་སེམས་ཀྱི་ལམ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། དེས་བྱང་སེམས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་བྱང་



སེམས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་ཡིན་པའི་བྱིར་ན། མ་ཟླབ། འདོད་མི་  
རྒྱས་སོ། ། ཟེར་ན། འོ་ན་བྱང་སེམས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་པ་གང་ཞིག །ལམ་ཤེས་  
ཡིན་ན། བྱང་སེམས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ།  
དམ་བཅའ་འཐད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་  
རྟོགས་པའི་རྣམ་མཁྲེན་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་  
ཀྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། ཟུབ་སྟེ། ཉན་ཐོས་  
ཀྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་ཡིན་ན། ཉན་ཐོས་ཀྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་  
པས་ཟུབ་པ་གང་ཞིག རང་རྒྱལ་གྱི་དེ་ཡིན་ན། རང་རྒྱལ་གྱི་རྟོགས་རིགས་  
སུ་གནས་པས་ཟུབ་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག བྱང་འཕགས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་གང་ཟག་གི་  
བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་གྱི་  
རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་  
ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་ཡིན་  
པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་ཡིན་པའི་བྱིར་ན། མ་ཟུབ་  
སོ། །ཁ་ཅིག སྟོང་ཉིད་ལ་རྩེ་གཅིག ཏུ་མཉམ་པར་བཞག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་  
ན། སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། དེ་  
ལྟར་བཞེད་པའི་ཚུལ་ཞིག་ཡོད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། མི་འཐད་པར་ཐལ། སྟོང་  
ཉིད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ན། སྟོང་ཉིད་ལ་རྩེ་གཅིག་ཏུ་མཉམ་པར་བཞག་

པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། སྟོང་ཉིད་ལ་སྒྲོ་ཅེ་  
གཅིག་པ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར་ན། དེ་ཞིག་མ་ཐུབ། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ།  
ཕྱི་རོལ་དུ་སེམས་རྣམ་པར་གཡེང་བའི་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་མེད་  
པའི་ཕྱིར་ན། མ་ཐུབ། ཁ་ཅིག་འདའ་བྱ་འདའ་བྱེད་ཀྱི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་  
ལམ་གཉིས་འགལ་བར་ཐལ། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་འདའ་བྱའི་  
མཐོང་ལམ་དང་། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་འདའ་བྱེད་ཀྱི་མཐོང་ལམ་གཉིས་  
འགལ་བའི་ཕྱིར་ན། མ་ཐུབ། འདོད་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། བཀག་བཟུང་  
ཅིང་། དམན་པས་བརྒྱད་དང་བྱང་སེམས་ཀྱི་ས་དགུ་པ་མན་ཆད་བྱང་  
སེམས་ཀྱི་འདའ་བྱའི་ས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་ས་བཙུ་པ་བ་  
དེས་འདའ་བྱས་དགུ་འདས་ནས་ས་བཙུ་པ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ས་  
དགུ་འདས་ནས་ཡེ་ཤེས་ནི། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་།  
དེ་གཉིས་མི་འགལ་བར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་དེ་གནས་ནས་འདའ་  
བྱེད་དང་འདའ་བྱ་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་བསྒྲོམ་བྱ་དང་སྒྲོམ་  
བྱེད་གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་གང་ཞིག །བྱང་སེམས་མཐོང་ལམ་པས་མཐོང་ལམ་  
ལ་གནས་ཏེ་འདས་ནས་སྒྲོམ་ལམ་མངོན་དུ་བྱེད་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།

ཐེག་ཆེན་སྒྲོམ་ལམ་གྱི་བྱེད་པ།

༥ གཉིས་པ་སྒྲོམ་ལམ་བཤའ་པ་ལ་གཉིས། སྒྲོམ་ལམ་གྱི་བྱེད་པ་དང་།

བྱེད་པ་ཅན་གྱི་སྒྲོམ་ལམ་མོ། །དང་པོ་ནི། གྲུན་ནས་ཞི་དང་ཐམས་ཅད་ལ། །  
ཞེས་པ་ནས། རྟེན་མཆོད་ཉིད། ཅེས་པའི་བར་གསུངས་ཏེ། དོན་ནི་འབྲེལ་པ་  
ལས། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་སེམས་ལ་རང་དབང་ཉིད་དུ་བྱེད་པ་དང་། ཞེས་  
པ་ནས། བྱེད་པ་རྣམ་པ་རྒྱལ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས། དེ་ཡང་གང་  
ལས་འབྲོས་པ་ཡོད་དེ། དེ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་  
པོ་རྣམས་ཡོངས་སུ་དུལ་བ་དང་ང་རྒྱལ་མ་མཆིས་པའི་དོན་དུ་ཉི་བར་གནས་  
པ་ནི་ངོ་མཆར་ཆེནོ། །ཞེས་པ་ནས། ས་སྤྱོད་པ་དེ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་  
མཆོད་རྟེན་དུ་འགྱུར་བར་བྱས། ཞེས་སོགས་ཀྱི་མདོ་ལས་འབྲོས་པའི་བྱིར།

འདི་ལ་གཉིས། ཆོག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཞེས་  
བྱ་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་སྒྲོམ་ལམ་བྱེད་པ་དེ་ལ་རྒྱལ་ཡོད་དེ། བྱང་སེམས་  
སྒྲོམ་ལམ་པའི་སེམས་ཁེངས་པའི་ང་རྒྱལ་སོགས་གྲུན་ནས་ཞི་བ་དང་། དེའི་  
མཐུས་དག་བའི་བཞེས་གཉིན་ཐམས་ཅད་ལ་འདུད་པ་དང་། དེའི་མཐུས་  
ཆགས་སོགས་ཀྱི་ཉོན་མོངས་ཅི་རིགས་པའི་གཡུལ་ལས་རྒྱལ་བ་དང་། བ་  
རོལ་གྱི་གཞོན་པ་བྱས་པས་བརྗེ་བ་མེད་པ་ཉིད་དང་བཅས་པའི་སྦྱེས་བྱ་བྱེད་  
འབྲས་བཞི་དང་། རྗེགས་པའི་བྱང་ཆུབ་མདོན་དུ་བྱས་ནས་ཆོས་ཉིད་མདོན་  
སུམ་དུ་མཐོང་བའི་རྒྱ་མཐུན་གྱི་འབྲས་བྱ་གཅིག་དང་། རྟེན་བྱང་སེམས་  
སྒྲོམ་ལམ་པ་རང་ཉིད་གནས་པའི་ས་སྤྱོད་པ་གཞན་གྱིས་མཆོད་པའི་གནས་

ཉིད་དུ་གྱུར་པའི་བདག་པོའི་འབྲས་བུ་གཅིག་དང་དུག་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ་ཁ་ཅིག་སྒྲོམ་  
ལམ་བསྒྲོམས་སྟོབས་ཀྱིས་ཐོབ་པའི་པན་ཡོན། ཐེག་ཆེན་སྒྲོམ་ལམ་གྱི་བྱེད་  
པའི་མཆན་ཉིད་ཟེར་ན། ཉན་ཐོས་དག་བཙུག་པའི་གོ་འཕང་ཆོས་ཅན། མཆོན་  
བྱ་དེར་ཐལ། མཆན་ཉིད་དེའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན་དེར་ཐལ། ཉན་ཐོས་སྒྲོམ་ལམ་  
བསྒྲོམས་སྟོབས་ཀྱིས་ཐོབ་པའི་པན་ཡོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་  
སྒྲོམ་ལམ་བསྒྲོམ་སྟོབས་ཀྱིས་ཐོབ་པའི་པན་ཡོན་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་  
ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་སོ། །ཁ་ཅིག་ཐེག་ཆེན་སྒྲོམ་ལམ་བསྒྲོམས་སྟོབས་ཀྱིས་  
ཐོབ་པའི་ཡོན་ཏན། འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཐེག་ཆེན་སྒྲོམ་ལམ་གྱི་བྱེད་  
པའི་མཆན་ཉིད་ཟེར་ན། འོ་ན། ལམ་མ་ཞུགས་ན་རྣམ་མཁྱེན་སྒྲོམ་པ་མེད་  
པར་ཐལ། དེ་ན་སྒྲོམ་ལམ་སྒྲོམ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ན་སྒྲོམ་ལམ་  
བསྒྲོམས་ནས་པན་ཡོན་ཐོབ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཆོས་ཅན།  
འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཐེག་ཆེན་སྒྲོམ་ལམ་གྱི་བྱེད་པ་ཡིན་པར་ཐལ།  
ཐེག་ཆེན་སྒྲོམ་ལམ་བསྒྲོམས་སྟོབས་ཀྱིས་ཐོབ་པའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་  
ཁས། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། ལམ་མ་ཞུགས་ཀྱི་ཆོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གོང་དུ་  
འདོད་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་ན་མཁྱེན་གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་སྒྲོམ་པ་ཡོད་པའི་

ཕྱིར། དེར་ཐལ། མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱས་དང་པོར་  
གཞི་ཤེས་གྱི་རྣམ་པ་ཉམས་སུ་སྒྲངས་ཏེ་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ཡོད་  
པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་ན་སངས་རྒྱས་སྒྲོམ་པ་ཡོད་  
པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ན་སངས་རྒྱས་གྱི་སྐྱེ་སྒྲོམ་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་  
ཐལ། དེ་བཞི་གནས་གྱི་དམིགས་རྟེན་དུ་དེ་སྒྲོམ་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
མདོ་ལས། གསེར་གྱི་ཁ་དོག་ལྟ་བུའི་སྐྱེ་ལུས་ནི། །ཞེས་སོགས་གསུངས་  
པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་རྒྱ་མཐུན་གྱི་འབྲས་བུ་དང་བདག་འབྲས་གང་རུང་ཡིན་  
ན། ཐེག་ཆེན་སྒྲོམ་ལམ་གྱི་བྱེད་པ་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན། སྒོག་གཅོད་པའི་  
རྒྱ་མཐུན་གྱི་འབྲས་བུ་སྒོག་གཅོད་ལ་དགའ་བ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་  
ཕྱིར། གཞན་ཡང་། མ་དག་པའི་སྒྲོད་གྱི་འཇིག་རྟེན་རྣམས་ཆོས་ཅན། དེར་  
ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བདག་འབྲས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྣམས་  
སོ། །ཁ་ཅིག་སྐྱེས་བུ་བྱེད་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན་ན། དེ་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན།  
ཉན་ཐོས་གྱི་མཐོང་ལམ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེ་དེར་ཐལ། ཉན་  
ཐོས་གྱི་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་དེ་སྐྱེས་བུ་བྱེད་པའི་འབྲས་བུར་  
བཤད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ཐེག་ཆེན་སྒྲོམ་ལམ་གྱི་བྱེད་པ་ཡིན་ན། གང་ཟག་  
གི་རྒྱུད་གྱི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན། བྱང་སེམས་སྒྲོམ་ལམ་པ་བཞུགས་  
པའི་གནས་མཆོད་པའི་རྟེན་དུ་གྱུར་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེ་



དེར་ཐལ། རྟོན་མཆོད་ཉིད། ཅེས་གསུངས་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། བྱང་  
སེམས་སྒྲོམ་ལམ་པ་བཞུགས་པའི་གནས་སྐྱེས་བུའི་ཤེས་རྒྱུད་ཀྱིས་སྤྱད་མི་  
རུས་པའི་བྱིར།

༺ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། ཐེག་ཆེན་སྒྲོམ་ལམ་པས་སྒྲོམ་ལམ་  
བསྒྲོམས་སྟོབས་ཀྱིས་ཐོབ་པའི་པན་ཡོན་ཐེག་ཆེན་སྒྲོམ་ལམ་གྱི་བྱེད་པའི་  
མཆོད་ཉིད། ཡང་ན་འདིར་བསྟན་སྒྲུབ་རྒྱུ་རོ། །དབྱེ་ན་སྤར་བཤད་པ་ལྟར་བྱུག་  
ཡོད་དོ།

༺ གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྤོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་ལམ་མ་ཞུགས་ན་ཐེག་ཆེན་  
སྒྲོམ་ལམ་གྱི་བྱེད་པ་ཡོད་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་བྱིར་ན། མ་ཁྱལ།  
ཁ་ཅིག་ བྱང་སེམས་སྒྲོམ་ལམ་པ་བཞུགས་པའི་གནས་ཡིན་ན། མཆོད་རྟོན་  
ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། དེ་བཞུགས་པའི་གནས་མཆོད་རྟོན་དུ་འོས་པ་ཡོད་  
པའི་བྱིར་ན་མ་ཁྱལ། འདོད་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། བྱང་སེམས་སྒྲོམ་པ་  
འདི་མི་བཞུགས་ཞེས་པའི་གནས་ངེས་ཅན་འཛིན་དཀའ་བའི་བྱིར། ཁོ་ན་རེ།  
དེ་མི་བཞུགས་པའི་གནས་ཡོད་དེ། གཟུགས་མེད་ཁམས་གཞི་གྲུབ་པའི་  
བྱིར། ཟེར་ན། ཁོ་བོས་ནི་དེ་ལྟ་བུ་ལ་བསམ་པ་མ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་ན་སངས་  
རྒྱས་དང་། སེམས་ཅན་གྱིས་དག་པའི་ས་སྤྱོགས་ཀྱང་ཁས་ལོངས་ཤིག་དང་  
ཏ་ཅང་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ།

## མོས་པ་སྒྲིམ་ལམ།

༥ གཉིས་པ་བྱེད་པ་ཅན་གྱི་སྒྲིམ་ལམ་བཤད་པ་ལ་གཉིས། ཟག་བཅས་  
སྒྲིམ་ལམ་དང་། ཟག་མེད་སྒྲིམ་ལམ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། མོས་པ་  
སྒྲིམ་ལམ། བསྐྱོ་བ་སྒྲིམ་ལམ། རེས་སུ་ཡི་རང་སྒྲིམ་ལམ་མོ། །དང་པོ་ལ་  
གཉིས། དངོས་དང་། དེའི་པན་ཡོན་ནོ། །དང་པོ་ནི། མོས་པ་རང་གི་དོན་དང་  
ནི། །ཞེས་པ་ནས། རྣམ་པ་ཉི་ཤུ་བདུན་དུ་འདོད། །ཅེས་པའི་བར་གསུངས་ཏེ།  
དོན་ནི་འགྲེལ་པ་ལས། རང་དང་གཉིས་ཀ་གཞན་གྱི་དོན་ལ་དམིགས་པ་ཉིད།  
ཅེས་པ་ནས། མོས་པ་རྣམ་པ་ཉི་ཤུ་ཅུ་བདུན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས།  
གཉིས་པ་པན་ཡོན་ནི། །ཤེས་རབ་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ལ། །ཞེས་པ་ནས། བཀྱར་  
བ་དང་ནི་བསྐྱབས་པར་འདོད། །ཅེས་པའི་བར་གསུངས་ཏེ། དོན་ནི་འགྲེལ་  
པ་ལས། རི་ལྟར་མོས་པ་བཞིན་མཐོང་བའི་ཆོས་ཀྱི་མཆན་ཉིད། ཅེས་པ་ནས།  
གཙམ་བྱའི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས། དེ་ཡང་གང་ལས་  
འཕྲོས་པ་ཡོད་དེ། །ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་འདི་འདྲི་བ་དང་། །ཞེས་པ་  
ནས། རབ་འབྱོར་གྱིས་སྦྱས་པ། ཀློག་གི་ཁྱོད་གྱིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་  
ཐེག་པ་བ་རྣམས་ལ་མོས་པ་བསྐྱེད་པ་ལེགས་སོ་ལེགས་སོ། །ཞེས་སོགས་  
ལས་འཕྲོས་པ་ཡིན་པའི་བྱིད།

འདི་ལ་གཉིས། ཆོག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱུད་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཐེག་

ཆེན་གྱི་མོས་པ་སྒྲོམ་ལམ་ཆོས་ཅན། རྣམ་པ་གསུམ་དུ་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། རང་གི་དོན་གྱི་མོས་པ་སྒྲོམ་ལམ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་རང་གཞན་གཉིས་ཀའི་དོན་དང་། གཞན་དོན་མོས་པ་སྒྲོམ་ལམ་དང་བཅས་པ་རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་བྱིར། གསུམ་པོ་དེ་ཡང་ནི་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་དབྱེ་ན། སོ་སོར་རྣམ་པ་གསུམ་གསུམ་དུ་འདོད་དེ། ཁྱོད་རེ་རེ་ལ་དེར་གྱུར་བའི་ཚུ་དང་འབྲིང་དང་ཆེན་པོའི་མོས་པ་སྒྲོམ་ལམ་རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་བྱིར། ཚུང་འབྲིང་ཆེན་པོ་དེ་ཡང་ཆོས་ཅན། རེ་རེ་ལ་རྣམ་པ་གསུམ་གསུམ་དུ་འདོད་པ་ཡིན་ཏེ། མོས་པ་སྒྲོམ་ལམ་ཚུང་དུ་འི་ཚུང་དུ་སོགས་ཏེ་ཚུང་དུ་འི་འབྲིང་སོགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཡིས་དེ་ལྟར་ཡོད་པའི་བྱིར། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། དོན་བསྐྱུས་ན་མོས་པ་སྒྲོམ་ལམ་དེ་ལ་རྣམ་པ་ཉི་ཤུ་ཅ་བདུན་དུ་འདོད་པ་ཡིན་ཏེ། སྒར་བཤད་པ་བཞིན་དགུ་གསུམ་ཉི་ཤུ་ཅ་བདུན་དུ་འགྱུར་བ་དེ་ལྟར་སྟེ་དེའི་བྱིར། གཉིས་པ་པན་ཡོན་ནི། གཞུང་ལམ་འབྲས་བུའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ལ་རང་དོན་སོགས་དོན་གསུམ་གྱི་འབྲུང་གནས་སུ་མོས་པའི་གནས་སྐབས་རྣམས་ལ་ནི་ཆོས་ཅན། དེ་ལྟར་མོས་པའི་བྱང་སེམས་སྒྲོམ་ལམ་པ་ལ་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ཀྱི་བསྟོད་པ་དང་བཀུར་བ་དང་ནི་བསྐྱགས་པར་འདོད་དེ། དགུ་ཆོན་གསུམ་གྱིས་བསྟོད་བཀུར་བསྐྱགས་པར་འདོད་པའི་བྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ་ཁ་ཅིག་བྱེད་

པའི་འོག་ཏུ་སྒྲོམ་པའི་ལམ་སྟེ། དེ་ཡང་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་དང་ཟག་པ་མེད་  
པའི་བྱེ་བྲག་གིས་རྣམ་པ་གཉིས་སོ། །ཞེས་པའི་དངོས་བསྟན་གྱི་ཟག་བཅས་  
ལ། ཟག་བཅས་ཀྱི་བྱུང་བེད་ན། བྱང་སེམས་སྒྲོམ་ལམ་པའི་རྒྱད་ཀྱི་ཐེག་  
ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཟག་པ་དང་  
བཅས་པ་དང་ཞེས་པའི་དངོས་བསྟན་གྱི་ཟག་བཅས་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་  
མི་རུས་ཏེ། ཟག་མེད་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ལམ་བདེན་ཡིན་པའི་བྱིར།  
ཁ་ཅིག་མ་བྱུང་བེད་ན། བྱུང་སྟེ། མཛོད་ལས། ཟག་མེད་ལམ་གྱི་བདེན་པ་  
དང་། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ ཟག་བཅས་ཀྱི་དངོས་པོ་ཡིན་ན།  
སྤང་བྱ་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན། སོ་སོ་སྤྱི་བའི་རྒྱད་ཀྱི་ཟག་བཅས་ཀྱི་དགོ་  
བའི་ལས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཟག་བཅས་ཀྱི་ལས་  
ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་ན་སྤྲོ། །ཁ་ཅིག་ ཟག་བཅས་ཡིན་ན། ཟག་པ་ཡིན་  
པས་བྱུང་བེད་ན། ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པའི་ཟག་བཅས་ཉེར་ལེན་གྱི་གཟུགས་  
ལྷང་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། འདོད་ན། དེའི་རྒྱད་ལ་ཟག་པ་ཡོད་པར་  
ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེ་ཟག་པ་སྤངས་པའི་གང་ཟག་  
ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དག་བཅོམ་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། བྱུང་སྟེ། ཐམས་ཅད་  
ཀྱང་དག་བཅོམ་པ་ཟག་པ་བདེ་པ། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ ཟག་  
བཅས་སྒྲོམ་ལམ་ཡིན་ན། ཟག་བཅས་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་

མོས་པ་སྒྲོམ་ལམ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྒྲོན་འཛེས་  
 རུང་དུ་འཛིན་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་རྗེས་ལ་མངོན་རྟོགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འབྲུ་  
 ཉེ། སྐབས་འདི་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཟག་བཅས་ཀྱི་དོན་དེ་ལྟར་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་གྱི་རྗེས་སུ་རུང་བའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་རྗེས་  
 ལ་མངོན་རྟོགས། ཐེག་ཆེན་སྒྲོམ་ལམ་གྱི་མཆན་ཉིད་ཟེར་ན། ཐེག་ཆེ་མཐོང་  
 ལམ་གྱི་རྒྱར་རྒྱར་བའི་ཐེག་ཆེན་སྒྲོམ་ལམ་ཆོས་ཅན། མཆན་ཉིད་དེར་ཐལ།  
 མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་  
 ལམ་གྱི་སྒྲོན་དུ་རུང་བའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་ཤིང་  
 སྒྲོམ་པར་བྱེད་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་རྗེས་ལ་མངོན་རྟོགས། ཐེག་ཆེན་སྒྲོམ་ལམ་  
 གྱི་མཆན་ཉིད་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་  
 པ་མ་ཡིན་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོམ་ལམ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་  
 སྒྲོམ་ལམ་རྗེས་ཐོབ་ཡེ་ཤེས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ཐེག་ཆེན་སྒྲོམ་ལམ་  
 རྗེས་ཐོབ་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ན། ཟག་བཅས་སྒྲོམ་ལམ་ཡིན་པས་འབྲུ་ཟེར་ན། ལྷ་  
 གུ་བདེན་སྟོང་སྐྱེ་མ་ལྟ་བུར་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་སྒྲོམ་ལམ་  
 རྗེས་ཐོབ་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། རྟོག་པ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། འདོད་པ་དེའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། མངོན་སུམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 ཁ་ཅིག་ཐེག་ཆེན་སྒྲོམ་ལམ་མཉམ་གཞག་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ན། ཟག་མེད་སྒྲོམ་



ལམ་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། སྟོང་ཉིད་ལ་དོན་སྤྱིའི་ཚུལ་གྱིས་མཉམ་པར་  
བཞག་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོམ་ལམ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་མི་  
རུས་ཏེ། རྟོག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །ཁ་ཅིག་ཟག་བཅས་སྒྲོམ་ལམ་ཡིན་ན། ཐེག་  
ཆེན་གྱི་སྒྲོམ་ལམ་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། ཉན་ཐོས་སྒྲོམ་ལམ་པའི་རྒྱད་གྱི་  
བདག་མེད་དོན་སྤྱིའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ།  
དེའི་ཕྱིར། རྟགས་གསལ་སྤྲོད། །ཁ་ཅིག་ཟག་བཅས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་  
རྗེས་ལ་མངོན་རྟོགས། ཐེག་ཆེན་གྱི་ཟག་བཅས་སྒྲོམ་ལམ་གྱི་མཆོན་ཉིད།  
ཟག་བཅས་བྱལ་བའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་རྗེས་ལ་མངོན་རྟོགས། ཐེག་ཆེན་གྱི་ཟག་  
མེད་སྒྲོམ་ལམ་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པའི་རྟོགས་པ་  
སྟོན་དུ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་སྒྲོམ་ལམ་པའི་རྒྱད་གྱི་ཐེག་ཆེན་སེམས་  
བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དང་པོ་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དང་པོ་དེའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། སྤྱོད་འབྲེལ་རུང་དུ་འཛིན་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་རྗེས་ལ་མངོན་  
རྟོགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དག་  
བཅོམ་པའི་རྒྱད་ལ་ཟག་བཅས་མེད་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་ལ་དེ་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་  
དེར་ཐལ། མཆོན་ཉིད་དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན་སྤྲོད། །ཁ་ཅིག་མོས་པ་སྒྲོམ་ལམ་  
ཡིན་ན། མོས་པ་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། མོས་པ་སྒྲོམ་ལམ་དུ་གྱུར་བའི་གཙོ་  
སེམས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་ཕྱིར། དེར་

ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མོས་པ་སྒྲོམ་ལམ་པའི་རྒྱད་ལ་གཙོ་  
 སེམས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སེམས་བྱུང་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། །ཁ་ཅིག  
 སྒྲོམ་ལམ་དུ་བྱུང་པའི་མོས་པ་ཡིན་ན། མོས་པ་སྒྲོམ་ལམ་ཡིན་པས་བྲུབ་  
 ཟེར་ན། ཉན་ཐོས་སྒྲོམ་ལམ་པའི་རྒྱད་ཀྱི་ཐར་པ་ལ་མོས་པའི་མོས་པ་ཆོས་  
 ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྒྲོམ་ལམ་གང་ཞིག་མོས་པ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོམ་ལམ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་  
 ཅིག ཡུམ་དོན་གསུམ་གྱི་འབྱུང་གནས་སུ་ཡིད་ཆེས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཟག་  
 བཅས་སྒྲོམ་ལམ། མོས་པ་སྒྲོམ་ལམ་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། ས་གཉིས་པ་  
 པའི་རྒྱད་ཀྱི་མོས་པ་སྒྲོམ་ལམ་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་  
 དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཡུམ་དོན་གསུམ་གྱི་འབྱུང་གནས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་  
 པ་དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཡུམ་ལས་དོན་གསུམ་པོ་འབྱུང་བར་ཐལ། འདོད་པའི་  
 ཕྱིར། འདོད་ན། ཡུམ་ལས་རང་དོན་འབྱུང་བར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་  
 ན། ཡུམ་ལས་རང་དོན་ཆོས་སྒྲུ་འབྱུང་བར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན།  
 ཡུམ་ལས་དེ་སྒྲེ་བར་ཐལ་ལོ། །ཁ་ཅིག ཡུམ་རང་འབྲས་རང་དོན་གྱི་འབྱུང་  
 གནས་སུ་ཡིད་ཆེས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཟག་བཅས་སྒྲོམ་ལམ། རང་དོན་མོས་  
 པ་སྒྲོམ་ལམ་གྱི་མཆོན་ཉིད། དེ་བཞིན་དུ་གཞན་གཉིས་ལ་འང་སྒྲུབ་ཞིང་།  
 མོས་པ་སྒྲོམ་ལམ་གསུམ་པོ་འགལ་ལོ་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། མོས་

པ་སྒྲོམ་ལམ་གསུམ་པོ་ཡིན་ཁྱབ་མཉམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མོས་པ་  
 སྒྲོམ་ལམ་ཡིན་ན། ཡིད་ཆེས་དེ་གསུམ་ག་དང་ལྡན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་  
 ཐལ། དེ་ཡིན་ན། རང་གཞན་གྱི་དོན་གཉིས་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་སྒྲོམ་ལམ་  
 ཡིན་དགོས་པ་གང་ཞིག་དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། ཁོ་ན་རེ། མོས་པ་སྒྲོམ་  
 ལམ་དེ་ལ། དོན་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་གཙོ་བོར་རང་དོན་དོན་དུ་གཉེར་བའི་སྒྲོ་  
 ནས་རང་དོན་མོས་པ་སྒྲོམ་ལམ་དང་། གཞན་གཉིས་ཀའང་རིག་པ་སྦྱར་ནས་  
 འཛིག་པའི་དོན་མོ་ཞེ་ན། དེ་ཡང་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་  
 གཙོ་བོར་རང་དོན་དོན་དུ་གཉེར་བའི་མོས་པ་སྒྲོམ་ལམ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་  
 ཐལ། མོས་པ་སྒྲོམ་ལམ་ཡིན་ན། དེ་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་གཙོ་བོར་གཞན་དོན་  
 དོན་དུ་གཉེར་བའི་སྒྲོམ་ལམ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཁ་ཅིག་མོས་པ་སྒྲོམ་  
 ལམ་གྱི་མོས་ཡུལ་ཡིན་ན། གཞུང་ལམ་འབྲས་བུ་ཤེར་ཕྱིན་གསུམ་པོ་གང་  
 རུང་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། སངས་རྒྱས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར།  
 དེར་ཐལ། དེ་དེས་དད་པར་བྱ་བའི་ཡུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་མོས་  
 པ་སྒྲོམ་ལམ་གྱི་དད་པའི་གནས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ།།

༥ གཉིས་པ་རང་གི་ལུགས་ལ། སྤྱིར་ཟག་བཅས་ཟག་མེད་གྱི་འཛིག་  
 མཆམས་མི་འདྲ་བ་ཡོད་ཀྱང་། སྐབས་འདིར་དངོས་བསྟན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་  
 བ་སྤྱོད་འདྲེས་རུང་དུ་འཛིན་པའི་ཞེན་རིག་དང་བཅས་མ་བཅས་ལ་བྱེད་

ལ། དེས་ན་སྐྱོདོན་འབྲེས་རུང་དུ་འཛིན་པའི་ཞེན་རིག་དང་བཅས་པའི་ཐེག་  
 ཆེན་གྱི་རྗེས་ལ་མངོན་ཏྲོགས། ཐེག་ཆེན་གྱི་ཟག་བཅས་སྒྲོམ་ལམ་གྱི་མཆན་  
 ཉིད། དེ་དང་བྲལ་བའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་རྗེས་ལ་མངོན་ཏྲོགས། ཐེག་ཆེན་གྱི་ཟག་  
 མེད་སྒྲོམ་ལམ་གྱི་མཆན་ཉིད། ཡང་ན། མཆན་ཉིད་ཀྱི་སྟེང་དུ་བྲལ་བའི་  
 རིགས་སུ་གནས་པ་ཞེས་སྒྲུབ་བར་བྱའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། མོས་པ་སྒྲོམ་  
 ལམ། བསྐྱོ་བ་སྒྲོམ་ལམ། རྗེས་སུ་ཡི་རང་སྒྲོམ་ལམ་མོ། །

གཉིས་པ་ལ་གཉིས། སྐབ་པ་སྒྲོམ་ལམ་དང་། རྣམ་དག་སྒྲོམ་ལམ་  
 མོ། །ཟག་བཅས་སྒྲོམ་ལམ་དང་ཟག་མེད་སྒྲོམ་ལམ་གཉིས་ཀའི་ས་མཆོམས་  
 བྱི་ས་དང་པོ་ནས་ཡོད་པར་རྣམ་བཤད་ལས་གསལ་བར་བཤད་པས། ས་  
 དང་པོ་ནས་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོམ་ལམ་རྗེས་ཐོབ་ཡེ་ཤེས་ཡོད་པར་གྲུབ་  
 བོ། །ཡུམ་རང་འབྲས་དོན་གསུམ་པོ་གང་ཡང་རུང་བའི་འབྲུང་གནས་སུ་  
 ཡིད་ཆེས་པའི་རིགས་སུ་གནས་པའི་སྐྱོདོན་འབྲེས་རུང་དུ་འཛིན་པའི་ཞེན་  
 རིག་དང་བཅས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་རྗེས་ལ་མངོན་ཏྲོགས། མོས་པ་སྒྲོམ་ལམ་  
 གྱི་མཆན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན། རང་དོན་མོས་པ་སྒྲོམ་ལམ་སོགས་གསུམ་  
 ཡོད་གསུམ་པོ་རེ་རེ་ལ་ཡང་ཆུང་འབྲིང་ཆེན་པོ་གསུམ་གསུམ་ཡོད། མོས་  
 པ་སྒྲོམ་ལམ་གྱི་མོས་ཡུལ་ལ་དུ་མ་ཡོད་ཀྱང་། འདིར་ནི་གཙོ་བོའི་དབང་དུ་  
 བྱས་ན་གཞུང་ལམ་འབྲས་བྱ་ཤེར་ཕྱིན་གསུམ་པོ་དེ་དེའི་མོས་ཡུལ་དང་།

མོས་པ་སྒྲོམ་ལམ་སྒྲོམ་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་སངས་རྒྱས་བྱང་  
སེམས་ཐུགས་དགེས་པའི་ཆ་དང་དངོས་གནས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པའི་ཆ།  
མོས་པ་སྒྲོམ་ལམ་ཀྱི་པན་ཡོན་ཀྱི་ངོ་བོ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་དེར་གྱུར་པའི་བརྗོད་  
པ་ཆུང་དུ་འབྲིང་ཆེན་པོ་དགྲ། དེ་བཞིན་དུ་བཀྱར་བ་དགྲ། བསྐྱུགས་པ་  
དགྲའོ། །

༥ གསུམ་པ་ཅོད་པ་སྤྲོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་བདེན་འཛིན་རྒྱུད་ལ་ལྷན་པའི་  
བྱང་སེམས་སྒྲོམ་ལམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ན། ཟག་བཅས་སྒྲོམ་ལམ་  
ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། བདེན་འཛིན་ཡིན་ན་སྤྱོད་ན་འདྲེས་རུང་དུ་འཛིན་པའི་  
ཞེན་རིག་ཡིན་དགོས་པ་གང་ཞིག །སྤྲོད་ཀྱི་དམ་བཅའ་འཐད་པའི་སྤྱིར་བེད་  
ན། འདིར་ཟག་བཅས་ཟག་མེད་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོའི་སྒྲོན་ས་རྟོག་པ་ཡིན་  
མིན་ལ་བྱེད་ཀྱི། རྟོག་པ་གཞན་དང་བཅས་མ་བཅས་ཅ་མ་ལ་མི་བྱེད་དོ།  
འདོད་ན། མི་འཐད་པར་ཐལ། བདེན་འཛིན་རྒྱུད་ལ་ལྷན་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་  
རྒྱུད་ལ་ལྷན་གྱི་བདེན་སྟོང་སྤྱོད་མ་ལྷ་བྱར་མཛོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་  
ཡོད་པའི་སྤྱིར། ཁོ་ན་རེ། སྤྱི་རོལ་པ་ཆོས་ཅན། རྟོག་བྲལ་ཡིན་པར་ཐལ། སྤྱོད་  
དོན་འདྲེས་རུང་དུ་འཛིན་པའི་ཞེན་རིག་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། དེ་མ་  
ཡིན་པར་ཐལ། རྟོག་བཅས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། སྤྱིན་ཅི་ལོག་གི་རྟོག་  
པ་དང་བཅས་པའི་སྤྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྱུག། ཁ་ཅིག་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་ཟག་བཅས་



སྒོམ་ལམ་དང་ཟག་མེད་སྒོམ་ལམ་གཉིས་ཀ་ཆོས་ཅན། ཟག་མེད་སྒོམ་ལམ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། སྐྱོད་འདྲེས་རུང་དུ་འཛིན་པའི་ཞེན་རིག་དང་བྲལ་བའི་ཐེག་  
 ཆེན་གྱི་རྗེས་ལ་མངོན་རྟོགས་ཡིན་པའི་བྱེད། དེར་ཐལ། དེ་དང་བྲལ་བ་གང་  
 ཞེག་ཐེག་ཆེན་གྱི་རྗེས་ལ་མངོན་རྟོགས་ཡིན་པའི་བྱེད། ཟེར་ན། འོ་ན། ཟག་  
 བཅས་སྒོམ་ལམ་ཆོས་ཅན། ཟག་མེད་སྒོམ་ལམ་ཡིན་པར་ཐལ། ཟག་མེད་  
 གང་ཞེག་སྒོམ་ལམ་ཡིན་པའི་བྱེད། ཐུབ་པ་མཚུངས། ཁ་ཅིག་ཐེག་ཆེན་གྱི་  
 སྒོམ་ལམ་དེ། རྟོག་པ་དང་བཅས་མ་བཅས་གང་རུང་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་རྟོག་  
 པ་དང་ལྡན་མི་ལྡན་གང་རུང་ཡིན་པའི་བྱེད། དེར་ཐལ། དེ་རྟོག་པ་དང་ལྡན་  
 པའི་བྱེད། དེར་ཐལ། དེ་ཟག་བཅས་སྒོམ་ལམ་དང་ལྡན་པའི་བྱེད། འདོད་ན།  
 ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒོམ་ལམ་ཆོས་ཅན། རྟོག་པ་དང་བཅས་མ་བཅས་གང་རུང་མ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། སྐྱོད་འདྲེས་རུང་དུ་འཛིན་པའི་ཞེན་རིག་དང་བཅས་མ་  
 བཅས་གང་རུང་མ་ཡིན་པའི་བྱེད། མ་གྲུབ་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒོམ་ལམ་ཆོས་  
 ཅན། བྱོད་དེ་དང་བཅས་པར་ཐལ། དེ་དང་བཅས་མ་བཅས་གང་རུང་ཡིན།  
 མ་བཅས་པ་མ་ཡིན་པའི་བྱེད། འདོད་ན་དེ་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་གྱི་ཟག་  
 བཅས་སྒོམ་ལམ་ཡིན་པར་ཐལ། སྐྱོད་འདྲེས་རུང་དུ་འཛིན་པའི་ཞེན་རིག་  
 དང་བཅས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་རྗེས་ལ་མངོན་རྟོགས་ཡིན་པའི་བྱེད། དེར་ཐལ།  
 དེ་དང་བཅས་པ་གང་ཞེག་ཐེག་ཆེན་གྱི་རྗེས་ལ་མངོན་རྟོག་ཡིན་པའི་བྱེད་

ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཁྱོད་དུ་གྱུར་པའི་ཟག་མེད་སྒྲོམ་ལམ་  
ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ རྟོག་པ་དང་བཅས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཟག་མེད་སྒྲོམ་  
ལམ་མེད་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ།  
བདག་འཛིན་དང་བཅས་པའི་དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྤྱ་གུ་བདེན་སྟོང་  
སྤྱ་མ་ལྟ་བུར་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་བྱང་ལེམས་གྱི་རྒྱད་ལ་ཟག་མེད་  
སྒྲོམ་ལམ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། སྤྱ་མར་མ་ཁྲབ་སྤྱམ། ཡང་། སྤྱ་དོན་འདྲིས་  
བྱང་དུ་འཛིན་པའི་ཞེན་རིག་དང་བའི་ཟག་མེད་སྒྲོམ་ལམ་ཡོད་པར་ཐལ།  
རྟོག་པ་དང་བཅས་པའི་ཟག་མེད་སྒྲོམ་ལམ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། ཞེ་བ་ཆ་  
བྱེད་དགོས་པར་སྤང་སྟེ། སྤྱ་མ་ནི་རང་གི་ངོ་བོའི་སྒྲོན་ས་དང་། ཕྱི་མ་ནི་དོན་  
གཞན་གྱི་དབང་དུ་བྱེད་དགོས་པའི་ཕྱིར། འོན་ཀྱང་དབྱེད་པར་བྱའོ། །

ཁ་ཅིག་ རྟོག་པ་མ་ཡིན་ན། རྟོག་བྲལ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། དབང་  
ཤེས་རྟོག་བྲལ་ཡིན་པ་ལ་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་  
མིན་ན། དེ་དང་བྲལ་བ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་  
ཁྲབ། འདོད་མི་རུས་ཏེ། སྐབས་ཐོབ་ལ་དབྱེད་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་མི་  
འཐད་ན། བྱ་ཡིན་ན། རང་གི་པ་མ་དང་བྲལ་དགོས་པ་ཏ་ཅང་ཐལ་ལོ། །ཁ་  
ཅིག་ན་རེ། རང་དོན་མོས་པ་སྒྲོམ་ལམ་མ་དག་ས་བདུན་པ། གཉིས་དོན་མོས་  
པ་སྒྲོམ་ལམ་དག་ས་དང་པོ་གཉིས་དང་། གཞན་དོན་མོས་པ་སྒྲོམ་ལམ་ས་

བཙུ་བ་ཁོ་ན་ན་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཚད་ལྡན་གྱི་གཞུང་ལས་བཤད་པའི་  
 ཕྱིར། ཟེར་ན། སྒྲིན་མེད་དེ། དེ་ནི་ནང་གསེས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་གཙོ་ཆེ་  
 བ་ལ་དགོངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ན་དེ། སྒྲིབ་པ་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་སྒྲོམ་  
 ལས་གྱི་མོས་ཡུལ་ཡིན་པར་ཐལ། མོས་ཡུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་མ་  
 ཁྲབ་ཟེར། མ་གྲུབ་ན་དེར་ཐལ། ལུང་རིགས་རྣམ་དག་གིས་གཏན་ལ་པབ་  
 པའི་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་སྟེ། རྣམ་བཤད་ལས། སྒྱིར་མོས་ཡུལ་ནི། ལུང་  
 རིགས་ཀྱིས་གཏན་ལ་པབ་པའི་དོན་ཡིན་ལ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་  
 ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། སྒྱིར་ལུང་རིགས་ཀྱིས་གྲུབ་པ་ནི་འཇུག་པའི་གནས་ཡིན་  
 པར་བསྟན་པ་ཅམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

### བསྟོ་བ་སྒྲོམ་ལམ།

༥ གཉིས་པ་བསྟོ་བ་སྒྲོམ་ལམ་ནི། ཡོངས་སུ་བསྟོ་བ་བྱུང་པར་ཅན། །  
 ཞེས་པ་ནས། ཆེ་འབྱུང་བདག་ཉིད་དོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུང་སྟེ། དོན་ནི་  
 འགྲེལ་པ་ལས། རི་སྐད་བཤད་པའི་མོས་པ་བྱུང་པར་ཅན་དང་། ཞེས་པ་ནས།  
 བསྟོ་བ་རྣམ་པ་བཙུ་གཉིས་སུ་བྱེད་དོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས་པ་ལས། དེ་  
 ཡང་གང་ལས་འཕྲོས་པ་ཡོད་དེ། རྩེས་སུ་ཡི་རང་དང་ལྡན་པའི་བསོད་ནམས་  
 བྱ་བའི་དངོས་པོ་གང་ཡིན་པ་དེ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དང་ཐུན་མོང་དུ་  
 བྱས་ཏེ། མི་དམིགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྒྲན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་

བྱང་ཆུབ་ཏུ་ཡོངས་སུ་བསྡོམས། །ཞེས་པ་ནས། དེ་ནི་མཆན་མའི་ཚུལ་ལམ་  
དམིགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཡོངས་སུ་བསྡོམས་མི་རུས་སོ། །ཞེས་སོགས་མང་  
དུ་གསུངས་པ་ལས་འབྲོས་པའི་བྱིད།

འདིའི་སྐབས་སུ་གཉིས། ཆོག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་  
ནི། ཞེས་བྱ་ཆོས་ཅན། འཕགས་པ་སྒྲོམ་ལམ་པའི་ཡོངས་སུ་བསྡོམས་བྱུང་  
པར་ཅན་དེའི་བྱེད་པ་ནི་བསྡོམས་བྱ་གཞན་ལས་མཆོག་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་རང་གཞན་  
གྱི་དགེ་ཙུང་རྒྱུ་གས་བྱང་ཆུབ་སྐྱུར་བར་བྱེད་པས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པ་ཡིན་  
པའི་བྱིད། བསྡོམས་བྱེད་ནི་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་རྣམ་པ་བརྒྱ་གཉིས་ཡོད་དེ། ཇི་  
སྐད་བཤད་པའི་བྱེད་པ་མཆོག་དང་ལྡན་པའི་བསྡོམས་བྱེད་དང་། བསྡོམས་བྱེད་རྣམས་ལ་  
བདེན་ཞེན་འགོག་པའི་དམིགས་མེད་གྱི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་བསྡོམས་བྱེད་དང་། གང་  
གིས་བསྡོམས་བྱེད་པའི་སེམས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་གྱི་  
བསྡོམས་བྱེད་དང་། བསྡོམས་བྱེད་དོན་དམ་པར་དབེན་པར་རྟོགས་པའི་ཞེས་རབ་  
གྱིས་བྱིན་པའི་བསྡོམས་བྱེད་དང་། རང་དང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་  
ཞེས་ཀྱི་ཆོགས་ཀྱི་རང་བཞིན་དོན་དམ་པར་མི་དམིགས་པར་བྱན་པའི་སྤྱོད་  
ཡུལ་ཅན་གྱི་བསྡོམས་བྱེད་དང་། ཕྱིན་དུག་གི་དགེ་ཙུང་དོན་དམ་པར་མི་དམིགས་  
པར་བསྡོམས་བྱེད་ཐབས་མཁས་དང་བཅས་པའི་བསྡོམས་བྱེད་དང་། གང་གིས་གང་དུ་  
གང་བསྡོམས་བྱེད་འཁོར་གསུམ་ལ་བདེན་ཞེན་འགོག་པའི་མཆན་མ་མེད་པའི་

བསྐྱོ་བ་དང་། དོན་དམ་པར་མེད་ཀྱང་རྟོན་འབྲེལ་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུར་ཤེས་ནས་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་བསྐྱོ་བའི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བསྐྱོ་བའི་  
 བསྐྱོ་བ་དང་། འཁོར་བའི་རྒྱུ་མི་བསྐྱོ་བས་འདོད་པའི་ཁམས་ལ་སོགས་  
 པའི་ཁམས་གསུམ་དུ་གཏོགས་པ་མ་ཡིན་པའི་བསྐྱོ་བ་དང་། སྟོང་གསུམ་གྱི་  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དགོ་བ་བཙུ་ལ་བཀོད་པའི་བསོད་ནམས་དང་མཉམ་  
 པའི་བསྐྱོ་བ་ཚུང་དུ་དང་རྒྱན་དུ་ཞུགས་པ་ལ་བཀོད་པའི་འབྲིང་དང་། སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་ལམ་ལ་བཀོད་པའི་བསོད་ནམས་ཆེན་པོ་འབྲུང་བའི་བསྐྱོ་བ་དང་།  
 བཅས་པ་རྣམས་སུ་ཡོད་ལ། དེ་རྣམས་ལས་ཕྱི་མ་གཞན་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་པོ་  
 དེ་བསོད་ནམས་ཆེན་པོ་འབྲུང་བའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་རང་  
 གཞན་གྱི་དགོ་ཅ་རྫོགས་བྱང་དུ་བསྐྱོ་བའི་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་ཐེག་ཆེན་  
 གྱི་རྗེས་ལ་མངོན་ཏོགས། བསྐྱོ་བ་སྒྲོམ་ལམ་གྱི་མཆན་ཉིད་ཟེར་ན། ཉན་ཐོས་  
 དག་བཅོམ་པའི་རྟོགས་པ་སྒྲོན་དུ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་སྒྲོམ་ལམ་པའི་རྒྱུད་  
 གྱི་བསྐྱོ་བ་སྒྲོམ་ལམ་ཆོས་ཅན། མཆན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར།  
 འདོད་ན། ཟག་པ་དང་བཅས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ།  
 ཟག་པ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཉོན་སྐྱབ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་  
 ན་རེ། བྱང་སེམས་སྒྲོམ་ལམ་པའི་རྒྱུད་ལ་རང་གཞན་སོ་སོ་བ་ཁོ་ནའི་དགོ་



ཅ་ཇོགས་བྱང་དུ་བསྡོམ་བའི་སྒྲིམ་ལམ་ཡོད་ཟེར་ན། དེ་མེད་པར་ཐལ། རང་  
གཞན་སོ་སོ་བ་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་དགོ་ཅ་བསྡོམ་བའི་བྱང་སེམས་སྒྲིམ་ལམ་པ་  
མེད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་འཕགས་ཡིན་ན་རང་གཞན་གཉིས་ཀའི་ཆེད་  
དུ་དགོ་བ་ཇོགས་བྱང་དུ་སྐྱར་བར་བྱེད་པའི་གང་ཟག་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར།  
ཁ་ཅིག་ན་རེ། སྤྱིས་བྱ་ལྟས་བྱིན་གྱི་དགོ་ཅ་ཁོ་ན་ཇོགས་བྱང་དུ་བསྡོམ་བའི་  
བསྡོམ་བ་སྒྲིམ་ལམ་ཡོད་དོ་ཞེ་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེའི་དགོ་ཅ་ཁོ་ན་  
ཇོགས་བྱང་དུ་བསྡོམ་བར་མི་རུང་བའི་བྱིར། མ་ཁྲབ་ན། དེ་ཁོ་ན་ཇོགས་བྱང་  
དུ་བསྡོམ་བའི་བསྡོམ་བ་སྒྲིམ་ལམ་ཆོས་ཅན། ཡེ་ཤེས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྤྱིས་  
བྱ་ལྟས་བྱིན་གྱི་དགོ་ཅ་ཁོ་ན་ཇོགས་བྱང་དུ་བསྡོམ་མི་རུང་བཞིན་དུ་དེར་བསྡོམ་  
རུང་བར་བབྱང་ནས་བསྡོམ་བའི་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཏྲགས་ཁས། གཞན་  
ཡང་། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། བསྡོམ་བ་སྒྲིམ་ལམ་ཡིན་ན། རང་གཞན་གཉིས་  
ཀའི་དགོ་ཅ་ཇོགས་བྱང་དུ་བསྡོམ་བའི་བསྡོམ་བ་སྒྲིམ་ལམ་ཡིན་དགོས་པའི་  
བྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། རང་གཞན་གྱི་དགོ་ཅ་ཇོགས་བྱང་དུ་  
སྐྱབ་པའི་ཡན་ལག་དུ་བསྡོམ་བའི་སྒྲ་དོན་འདྲིས་རུང་དུ་འཛིན་པའི་ཞེན་རིག་  
དང་བཅས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་རྗེས་ལ་མངོན་ཏྲོགས། བསྡོམ་བ་སྒྲིམ་ལམ་གྱི་  
མཆན་ཉིད། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པ་ལ་སེམས་བསྐྱེད་བསྡོམ་བ་ཤེས་

རབ་གསུམ་གྱིས་ཟིན་པས་བྱང་པར་བྱས་ཞེས་སྐྱར་རོ།

༺ གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྒྲོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་དགོ་ཙྰ་  
 རྩོགས་བྱང་དུ་བསྡེ་བའི་བསྡེ་བ་སྒྲོམ་ལམ་ཆོས་ཅན། རང་ལུགས་ཀྱི་མཆོན་  
 ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 བྱང་སེམས་སྒྲོམ་ལམ་པས་གཞན་གྱི་དགོ་བ་ཆུང་དུ་ལ་ཡང་དགའ་བ་  
 བསྒྲོམ་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་བྱང་སེམས་སྒྲོམ་ལམ་པ་རང་གི་དགོ་  
 ཙྰ་རྩོགས་བྱང་དུ་བསྡེ་བའི་བསྡེ་བ་སྒྲོམ་ལམ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་  
 ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞན་ཁོ་ནའི་དགོ་ཙྰ་རྩོགས་བྱང་དུ་  
 བསྡེ་བའི་བསྡེ་བ་སྒྲོམ་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་ཕྱིར།  
 ཟེར་ན། མ་བྱལ། ཡང་ཁོ་ན་རེ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་དགོ་ཙྰ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་  
 བསྡེ་བའི་བསྡེ་བ་སྒྲོམ་ལམ་མེད་པར་ཐལ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་དགོ་ཙྰ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་  
 བྱང་ཆུབ་ཁོ་ནར་བསྡེ་བའི་བསྡེ་བ་སྒྲོམ་ལམ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་བྱལ།  
 འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཉན་ཐོས་རིགས་ངེས་ཀྱི་སྒྲོབ་པའི་དགོ་ཙྰ་གཙོ་བོར་  
 རྩོགས་བྱང་དུ་བསྡེ་བ་ནས་རེ་ཞིག་ཉན་ཐོས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་བསྡེ་བའི་བསྡེ་  
 བ་སྒྲོམ་ལམ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། བྱང་སེམས་སྒྲོམ་ལམ་པའི་རྒྱད་  
 ཀྱི་དགོ་ཙྰ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་བསྡེ་བའི་བསྡེ་བ་སྒྲོམ་ལམ་ཡོད་པར་  
 ཐལ། ཉན་རང་གི་དགོ་ཙྰ་བྱང་ཆུབ་ཏུ་བསྡེ་བའི་བསྡེ་བ་སྒྲོམ་ལམ་ཡོད་པའི་

ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་བྱལ། འདོད་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཉན་རང་གི་བྱང་ཆུབ་  
དོན་དུ་གཉེར་བའི་བསྟོ་བ་སྟོམ་ལམ་མེད་པའི་ཕྱིར།

རྗེས་སྤྱི་ཡིད་རང་སྟོམ་ལམ།

༥ གསུམ་པ་རྗེས་སྤྱི་ཡིད་རང་སྟོམ་ལམ་ནི། ཐབས་དང་མི་དམིགས་པ་  
དག་གིས། །ཞེས་པ་ནས། འདིར་བརྗོད་དོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས་ཏེ། དོན་  
ནི་འགྲེལ་པ་ལས། རབ་ཏུ་དགའ་བའི་སེམས་ཀྱིས་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཐབས་ཀྱིས།  
ཞེས་པ་ནས། རང་གཞན་གྱི་བསོད་ནམས་བྱ་བ་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་འཐོབ་པོ་  
ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས་ལ། དེ་ཡང་གང་ལས་  
འཕྲོས་པ་ཡོད་དེ། དེ་ལྟར་མི་དམིགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་སྤྱིན་པའི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ལ་སྦྱོད་པ་དང་།  
ཞེས་པ་ནས། དགོ་བའི་རྩ་བ་དེ་དག་སྒྲན་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་  
བྱང་ཆུབ་ཏུ་བསྟོ་བར་བྱའོ། །ཞེས་པའི་བར་ལས་འཕྲོས་པའི་ཕྱིར།

འདིའི་སྐབས་སྤྱི་གཉིས། ཆིག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་  
ནི། བྱང་སེམས་སྟོམ་ལམ་པའི་རྒྱད་ཀྱི་རང་གཞན་གྱི་དགོ་རྩ་ལ་རྗེས་སྤྱི་  
རང་བར་མཛད་པའི་ཐག་བཅས་སྟོམ་ལམ་ཆོས་ཅན། བྱོད་རྗེས་སྤྱི་ཡིད་  
བ་ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་སྟོམ་པའི་ལམ་ཡིན་པར་སྐབས་འདིར་བརྗོད་པ་ཡིན་ཏེ།  
དགོ་རྩ་རྣམས་བདེན་སྟོང་སྒྱུ་མ་ལྟ་བུར་རྫོགས་པའི་ཐབས་དང་། དེ་རྣམས་

དོན་དམ་པར་མི་དམིགས་པར་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟིན་པ་དག་གི་  
རང་གཞན་གྱི་དགོ་བའི་རྩ་བ་ལ་དགའ་བ་སྒྲོམ་པ་ལ་ཡིད་བདེ་དང་བཅས་  
པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་རྗེས་ལ་མངོན་རྟོགས་ཡིན་པའི་བྱིར།

༺ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ་ཁ་ཅིག་ན་རེ།  
རང་གཞན་གྱི་དགོ་རྩ་བ་ལ་དགའ་བ་སྒྲོམ་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་རྗེས་ལ་མངོན་  
རྟོགས། རྗེས་སུ་ཡི་རང་སྒྲོམ་ལམ་གྱི་མཆོན་ཉིད། ཟེར་ན། ཐེག་ཆེན་སྒྲོམ་  
ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པའི་རྒྱད་ཀྱི་རང་གཞན་གྱི་དགོ་རྩ་བ་ལ་དགའ་བ་སྒྲོམ་  
པའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ། མཆོན་ཉིད་དེའི་བྱིར། དེར་  
ཐལ། ཐེག་ཆེན་སྒྲོམ་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པའི་རྒྱད་ལ། ཆོགས་གསོག་  
པ་ལ་དགའ་བའི་ཡེ་ཤེས་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་ལ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་  
ཆོགས་བསྐྱབ་པ་ལ་དགའ་བའི་ཡེ་ཤེས་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་  
ལ་སྟོང་ཉིད་སྒྲོམ་པ་ལ་དགའ་བའི་ཡེ་ཤེས་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་  
རྒྱད་ལ་སྟོང་ཉིད་སྒྲོམ་པའི་དགའ་བ་ཡང་དག་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་ ཡོད་  
པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ བྱང་སེམས་སྒྲོམ་ལམ་པའི་རྒྱད་ལ་རང་རྒྱད་ཀྱི་དགོ་རྩ་  
ཁོ་ན་ལ་དགའ་བ་སྒྲོམ་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡོད་ཟེར་ན། དེ་མེད་པར་ཐལ། རང་རྒྱད་  
ཀྱི་དགོ་བ་ཁོ་ན་ལ་དགའ་བ་སྒྲོམ་པའི་བྱང་སེམས་སྒྲོམ་ལམ་པ་མེད་པའི་  
བྱིར། དེར་ཐལ། རང་རྒྱད་ཀྱི་དགོ་བ་ཁོ་ན་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པའི་ཐབས་སུ་

འཛིན་པའི་བྱང་སེམས་སྒོམ་ལམ་པ་མེད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། རང་ཉིད་ཁོ་  
ན་སངས་རྒྱས་སྐབ་པའི་སྤྱི་བྱང་འཛིན་པའི་བྱང་སེམས་སྒོམ་ལམ་པ་མེད་  
པའི་བྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་མེད་པར་ཐལ། རང་དོན་ཁོ་ན་བྱེད་པ་ལ་དགའ་  
བའི་བྱང་སེམས་འཕགས་པ་མེད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། རང་དོན་ཁོ་ན་དོན་དུ་  
གཉེར་བའི་བྱང་སེམས་འཕགས་པ་མེད་པའི་བྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། རང་གཞན་གྱི་དགོ་ཅ་ལ་དགའ་བ་སྒོམ་  
པའི་སྒྲ་དོན་འདྲེས་རུང་དུ་འཛིན་པའི་ཞེན་རིག་དང་བཅས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་  
རྗེས་ལ་མངོན་རྟོགས། རྗེས་སུ་ཡི་རང་སྒོམ་ལམ་གྱི་མཆོན་ཉིད། སྐབས་  
འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པ་ལ་རང་གི་གྲོགས་ཡིད་བདེ་དང་མཚུངས་ལྡན་དུ་  
གྱུར་པའི་ཞེས་སྟོར།

༦ གསུམ་པ་ཅོད་པ་སྟོང་བ་ལ། བྱང་སེམས་སྒོམ་ལམ་པས་ཉན་ཐོས་  
གྱི་དགོ་བ་ལ་དགའ་བ་སྒོམ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། དེས་རང་གཞན་སེམས་ཅན་  
སུས་ཀྱང་དགོ་བ་བསྐྱབས་ན་དེའི་དགོ་བ་གང་བསགས་པ་ལ་དགའ་བ་སྒོམ་  
པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེས་རང་གཞན་སྤྱི་འཕགས་ཐམས་ཅད་གྱིས་དུས་  
གསུམ་དུ་བསགས་པའི་དགོ་བ་ལ་དགའ་བ་སྒོམ་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེས་  
དེ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའི་བྱིར། འདོད་ན། དེས་ཉན་ཐོས་གྱི་ལམ་ལ་དགའ་བ་  
སྒོམ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། དེས་དམན་པའི་ལམ་ལ་



དགའ་བ་སྟོམ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། དེས་རང་བདེ་  
གཅིག་བྱ་ཞི་བདེ་དོན་གཉེར་ལ་དགའ་བ་སྟོམ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་  
བྱིར་ན། དེ་ཞིག་མ་བྱལ། འདོད་མི་རུས་ཏེ། རང་བདེ་གཅིག་བྱ་ཞི་བདེ་དོན་  
གཉེར་གྱི་སྟོ་ལ་དགའ་བའི་བྱང་སེམས་སྟོམ་ལམ་པ་མེད་པའི་བྱིར། ཟེར་ན།  
མ་བྱལ་སྟུམ། ཁ་ཅིག་ན་རེ། བྱང་སེམས་སྟོམ་ལམ་པས་རང་གཞན་སྐྱེ་  
འཕགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དགོ་བ་ལ་དགའ་བ་སྟོམ་པས་བསོད་ནམས་དེ་དང་  
ཆེ་ཆུང་མཉམ་པ་ཐོབ་པར་ཐལ། འགྲེལ་པ་ལས། རང་གཞན་གྱི་བསོད་ནམས་  
བྱ་བ་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་ཐོབ་པོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། ཟེར་ན། སྐྱོན་མེད་  
དེ། དེས་རང་གཞན་གྱི་དགོ་བ་ལ་དགའ་བ་བསྟོམས་པས་བསོད་ནམས་  
མཉམ་པོར་ཐོབ་པར་འགྱུར་བ་ལ་དགོངས་པའི་བྱིར། འདོད་ན། བྱང་སེམས་  
སྟོམ་ལམ་པས་སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་དགོ་བ་ལ་དགའ་བ་བསྟོམས་པས་  
བསོད་ནམས་དེ་དང་ཆེ་ཆུང་མཉམ་པ་ཐོབ་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་  
མི་རུས་ཏེ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་བསོད་ནམས་དང་མཉམ་པ་ཐོབ་པའི་  
སེམས་ཅན་མེད་པའི་བྱིར།

### སྐབ་པ་སྟོམ་ལམ།

༥ གཉིས་པ་ཟག་མེད་སྟོམ་ལམ་བཤད་པ་ལ་གཉིས། སྐབ་པ་སྟོམ་  
ལམ་དང་། རྣམ་དག་སྟོམ་ལམ་མོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ཡི་ངོ་བོ་ཉིད་མཆོག་

ཉིད། །ཅེས་པ་ནས། རོན་ཆེན་ཉིད། ཅེས་པའི་བར་གསུངས་ཏེ། རོན་ནི་  
འབྲེལ་པ་ལས། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་སྤྱོད་ཅི་མ་ལོག་པར་མཐོང་བ་ནི་ངོ་  
བོ་ཉིད་དོ། །ཞེས་པ་ནས། རོན་ཆེན་པོ་སངས་རྒྱས་ཉིད་དུ་བྱེད་པའི་སྤྱིར་  
རོན་ཆེན་པོ་ཉིད་དོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས། དེ་ཡང་གང་ལས་འཕྲོས་པ་  
ཡོད་དེ། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་སྤྱོད་པ་ནི་ཤེས་ཏུ་རྣམ་པར་དག་པས་ན་སྣང་  
བར་བབྱེད་པའོ། །ཞེས་པ་ནས། རྣམ་གངས་གང་གིས་ན་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་  
རོལ་ཏུ་སྤྱོད་པ་འདི་པ་རོལ་ཏུ་སྤྱོད་པ་ཆེན་མོ་ཡིན། སྤྱི་བཤུ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་  
རོལ་ཏུ་སྤྱོད་པ་ནི་གཟུགས་ཆེ་བར་མི་བབྱེད་ཆུང་བར་མི་བབྱེད། ཅེས་  
སོགས་ལས་འཕྲོས་པའི་སྤྱིར།

འདིའི་སྐབས་སུ་གཉིས། ཆོག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་  
ནི། སྤྱི་བཤུ་པ་སྒྲོམ་ལམ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་ལྟོག་པའི་སྒྲོ་ནས་རྣམ་པ་ལྟ་ཡོད་དེ།  
གཟུགས་སོགས་ཀྱི་གནས་ལུགས་སྤྱོད་ཅི་མ་ལོག་པར་མཐོན་སུམ་དུ་  
མཐོང་བའི་སྤྱི་བཤུ་པ་སྒྲོམ་ལམ་དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་དང་། ཐབས་མཁས་ཀྱིས་མ་བེན་  
པའི་སྤྱོད་སོགས་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་མི་འཕྲོབ་ཅིང་ཐབས་མཁས་པས་འབྲས་  
བུ་སངས་རྒྱས་འཕྲོབ་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་ཀྱི་མཆོག་ཉིད་དང་། ཆོས་ཐམས་  
ཅད་བདེན་པའི་སྤྱི་བཤུ་པ་མེད་པར་རྟོགས་པའི་ཀུན་ལ་བདེན་པར་མཐོན་པར་  
འདུ་མི་བྱེད་པ་དང་། རྣམ་འབྱོར་པ་ལ་གནས་སྐབས་ཀྱི་བྱ་བ་བྱེད་པར་ཅན་

ཆོས་ཉམས་དོན་དམ་པར་དམིགས་སུ་མེད་པར་ནི་གཏོད་པར་བྱེད་པ་དང་།  
མཐར་སངས་རྒྱས་འཐོབ་པར་འགྱུར་བ་ས་དོན་ཆེན་པོ་ཉིད་དུ་བྱེད་པ་  
ནམས་སུ་ཡོད་པའི་བྱིར།

༺ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ་ཁ་ཅིག་ན་རེ།  
སྐྱག་པ་དང་བཅས་པའི་ལོག་ཏུ་བྱག་པ་མེད་པའི་སྒྲོམ་པའི་ལམ་སྟེ། དེ་ཡང་  
ནམ་པ་གཉིས་སོ། །ཞེས་པའི་སྐབས་སུ། ལྷོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་  
ཐེག་ཆེན་གྱི་རྩེ་ལ་མངོན་རྟོགས། ཐེག་ཆེན་གྱི་བྱག་མེད་སྒྲོམ་ལམ་གྱི་  
མཚན་ཉིད། ཟེར་ན། གང་བྱག་གི་བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་  
ཆེན་གྱི་སྒྲོམ་ལམ་ཆོས་ཅན། མཚན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཚན་བྱ་དེའི་བྱིར། དེར་  
ཐལ། རང་གི་གཞལ་བྱར་གྱུར་པའི་བདག་མེད་སྤྲ་རགས་གསུམ་པོ་གང་རུང་  
མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོམ་ལམ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ།  
གང་བྱག་གི་བདག་མེད་སྤྲ་མོ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོམ་  
ལམ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། གང་བྱག་གི་  
བདག་མེད་སྤྲ་མོ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། གང་བྱག་གི་བདག་འཛིན་དེ་  
བདག་འཛིན་སྤྲ་མོ་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་ན། གང་བྱག་གི་བདག་མེད་ལྷོང་  
ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། །ཁ་ཅིག་ན་རེ། རང་གི་གཞལ་བྱར་གྱུར་པའི་བདག་  
མེད་སྤྲ་རགས་གསུམ་པོ་གང་རུང་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་

རྗེས་ལ་མངོན་རྟོགས། ཐེག་ཆེན་གྱི་ཟག་མེད་སྒྲོམ་ལམ་གྱི་མཆོན་ཉིད། ཟེར་  
ན། སྤྱ་གྲུ་བདེན་སྟོང་སྤྱ་མ་ལྟ་བུར་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་  
སྒྲོམ་ལམ་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
སྤྱ་དོན་འབྲེལ་བུང་དུ་འཛིན་པའི་ཞེན་རིག་དང་བྲལ་བའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་རྗེས་  
ལ་མངོན་རྟོགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་སོ། །ཁ་ཅིག་ན་རེ། སྤྱབ་པ་  
སྒྲོམ་ལམ་དང་རྣམ་དག་སྒྲོམ་ལམ་གཉིས་འགལ་བེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་  
ཐལ། དེ་གཉིས་གྱི་གཞི་མ་ཐུན་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྟོགས་པ་མཐར་  
ཐུག་གི་ལག་རྗེས་འཛོག་བྱེད་དང་སྤངས་པ་མཐར་ཐུག་གི་ལག་རྗེས་འཛོག་  
བྱེད་གཉིས་མི་འགལ་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་གཉིས་གཙོ་བོར་དོན་དུ་གཉེར་  
བའི་སྒོ་གཉིས་མི་འགལ་བའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་གཉིས་མི་འགལ་བར་  
ཐལ། དེ་གཉིས་ལག་རྗེས་འཛོག་བྱེད་གྱི་སྒྲོ་རྣམ་བཞག་ཀྱང་བྲབ་ཆེ་ཆུང་  
འདྲ་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྟོགས་པ་མཐར་ཐུག་གཙོ་བོར་དོན་དུ་གཉེར་བའི་  
སྒོ་ཡིན་ན། སྤངས་པ་མཐར་ཐུག་གཙོ་བོར་དོན་དུ་གཉེར་བའི་སྒོ་ཡིན་དགོས་  
པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་མཐེན་དོན་དུ་གཉེར་བའི་སྒོ་ཡིན་ན། རོ་བོ་ཉིད་སྤྱ་  
དོན་དུ་གཉེར་བའི་སྒོ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། གཙོ་བོར་རྟོགས་  
པ་མཐར་ཐུག་གི་ལག་རྗེས་འཛོག་བྱེད་གྱི་ཐེག་ཆེན་གྱི་རྗེས་ལ་མངོན་  
རྟོགས། སྤྱབ་པ་སྒྲོམ་ལམ་གྱི་མཆོན་ཉིད། གཙོ་བོར་སྤངས་པ་མཐར་ཐུག་གི་

ལག་རྩེས་འཛོག་བྱེད་ཀྱི་ཐེག་ཆེན་གྱི་རྩེས་ལ་མངོན་རྟོགས། རྣམ་དག་སྒྲོམ་  
ལམ་གྱི་མཆན་ཉིད། ཟེར་ན། སྟོང་ཉིད་དོན་སྤྱི་ལྟ་ལ་གྱིས་རྟོགས་པའི་ཐེག་  
ཆེན་གྱི་སྒྲོམ་ལམ་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་གཉིས་པོ་དེར་ཐལ། མཆན་ཉིད་  
གཉིས་པོ་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོམ་ལམ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཟག་མེད་སྒྲོམ་ལམ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་  
ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཟག་བཅས་སྒྲོམ་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
ཐེག་ཆེན་སྒྲོམ་ལམ་དུ་གྱུར་པའི་རྟོག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །

༥ གཉིས་པ་རང་ལྷགས་ལ། གཙོ་བོར་རྟོགས་པ་མཐར་ཐུག་གི་ལག་  
རྩེས་འཛོག་བྱེད་ཀྱི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཟག་མེད་སྒྲོམ་ལམ། སྐབ་པ་སྒྲོམ་ལམ་གྱི་  
མཆན་ཉིད། གཙོ་བོར་སྤངས་པ་མཐར་ཐུག་གི་ལག་རྩེས་འཛོག་བྱེད་ཀྱི་ཐེག་  
ཆེན་གྱི་ཟག་མེད་སྒྲོམ་ལམ་རྣམ་དག་སྒྲོམ་ལམ་གྱི་མཆན་ཉིད། །

༦ གསུམ་པ་ཚེད་པ་སྟོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་ན་རེ། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་  
མངོན་སུམ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོམ་ལམ་ཆོས་ཅན། གཙོ་བོར་རྟོགས་  
པ་མཐར་ཐུག་གི་ལག་རྩེས་འཛོག་བྱེད་ཡིན་པར་ཐལ། སྐབ་པ་སྒྲོམ་ལམ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། གཙོ་བོར་རྟོགས་པ་མཐར་ཐུག་གི་ལག་རྩེས་  
འཛོག་བྱེད་ཀྱི་རིགས་སུ་གནས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲལ།  
འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཐེག་ཆེན་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་མི་གནས་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་



ལ་ཡང་། དེ་ཆོས་ཅན། སྤངས་པ་མཐར་ཐུག་གི་ལག་རྒྱུ་ལྡན་གྱི་  
རིགས་སུ་གནས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྤྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། འདོད་མི་  
རུས་ཏེ། དེ་སྤངས་པ་ཉི་ཆེ་བའི་ལག་རྒྱུ་ལྡན་གྱི་རིགས་སུ་གནས་  
པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། འོན་ཀྱང་ལག་རྒྱུ་ལྡན་གྱི་རིགས་གནས་གཉིས་  
ཀྱང་མི་འགལ་བར་སེམས་སོ།

### ནམ་དག་སྒྲིམ་ལམ།

༥ གཉིས་པ་ལ་བཞི། རྒྱུ་འབྱུང་པར། ཡུལ་གྱི་འབྱུང་པར། འབྲས་བུའི་  
འབྱུང་པར། རོ་བོའི་འབྱུང་པར་རོ། །དང་པོ་ནི། སངས་རྒྱས་བསྐྱེད་དང་སྐྱེན་  
སོགས་དང་། །ཞེས་པ་ནས། སྤྲེག་པའི་གྲོགས་པོས་ཡོངས་བེན་པོ། །ཞེས་  
པའི་བར་གསུངས་ཏེ། དོན་ནི། འབྲེལ་པ་ལས། སངས་རྒྱས་མཉེས་པར་བྱེད་  
པ་དང་། །ཞེས་པ་ནས། མི་དགེ་བའི་གྲོགས་པོ་དང་འགྲོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
མི་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་དག་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས། དེ་ཡང་གང་ལས་  
འཕྲོས་པ་ཡོད་དེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་དེ་ནི།  
ཕྱོགས་བཅུའི་འཛིག་ཉེན་གྱི་ཁམས་ཀྱི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དབྱེ་བཅོམ་པ་  
ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཆོད་མེད་གངས་མེད་པ་བསྐྱེན་  
བཀྱར་ནས་འདིར་འོངས་ཤིང་སྐྱེས་པ་སྟེ། །ཞེས་པ་ནས། རང་འབྱོར་རྣམ་པ་  
བཞི་པོ་དེ་དག་དང་ལྡན་ན། སྐྱེས་བུ་སྐྱེན་པ་དེ་དག་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་

ཕྱིན་པ་ཟབ་མོ་འདི་སྟོང་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་པའི་བར་ལས་འཕྲོས་པའི་  
 ཕྱིར། འདིའི་སྐབས་སུ་ཆིག་དོན་ནི། ཕྱིའི་རྒྱུ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་མཆོན་དག་  
 བའི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པ་དང་། བར་རྒྱུ་རྒྱུན་སོགས་དང་། ཞི་ལྷག་བྱང་  
 འབྲེལ་གྱི་ཐབས་ལ་མཁས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་རྣམ་དག་སྒྲོམ་  
 ལས་འདི་ལ་མོས་པའི་རྒྱ་དག་ཡིན་ཏེ། དེ་སྐྱེ་བའི་མཐུན་རྒྱུན་བྱང་པར་ཅན་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། བདུད་ཀྱིས་ཐེབས་ཀྱིས་ནོན་པ་སྟེ་གནོད་པ་བྱས་པ་དང་།  
 ཟབ་མོའི་ཆོས་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་མ་མོས་པ་དང་། བྱང་པོ་སོགས་ལ་བདེན་པར་  
 མངོན་པར་ཞེན་པ་དང་། སྒྲིག་པའི་གྲོགས་པོས་ཡོངས་སུ་བེན་པ་རྣམས་  
 ཆོས་ཅན། ཁྱོད་རྣམ་དག་སྒྲོམ་ལས་སོགས་ཀྱིས་ཐོངས་པའི་རྒྱ་དག་ཡིན་ཏེ།  
 དེའི་འགལ་རྒྱུན་གྱི་གོགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་ཡུལ་གྱི་བྱང་པར་ནི། འབྲས་བུ་དག་པ་གཟུགས་ལ་  
 སོགས། །ཞེས་པ་ནས། དག་པར་བཟོད། །ཅེས་པའི་བར་གསུངས་ཏེ། དོན་  
 ནི་འབྲེལ་པ་ལས། འཕགས་པའི་གང་ཟག་དག་སྟོང་གི་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་  
 གང་ཡིན་པ་དེ། ཞེས་པ་ནས། དེ་ལྟར་རྣམ་པར་དག་པར་བཟོད་དོ། །ཞེས་  
 པའི་བར་གསུངས། དེ་ཡང་གང་ལས་འཕྲོས་པ་ཡོད་དེ། རབ་འབྱོར་གཟུགས་  
 རྣམ་པར་དག་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་འབྲས་བུ་རྣམ་པར་དག་པའོ། །ཞེས་པ་  
 ནས། དེ་ལྟར་ན་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་རྣམ་པར་དག་པ་དང་།

འབྲས་བུ་རྣམ་པར་དག་པ་དང་། ཞེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་རྣམ་པར་  
དག་པ་གང་ཡིན་པ་འདི་ལ་གཉིས་སུ་མེད་ཅིང་གཉིས་སུ་བྱར་མེད། སོ་སོ་  
མ་ཡིན་ཐ་མི་དད་དོ། །ཞེས་པའི་བར་ལས་འཕྲོས་པའི་བྱིར།

འདིའི་སྐབས་སུ་གཉིས། ཆིག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་  
ནི། ཞེས་བྱ་ཆོས་ཅན། དག་སྦྱོང་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་བཏགས་པའི་ཐེག་ཆེན་  
སྒོམ་ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་དེ་རང་འབྲེན་བྱེད་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་ངོས་སྐལ་  
གྱི་དྲི་མས་རྣམ་པར་དག་པ་ན། དེའི་དམིགས་ཡུལ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་  
ཡང་དེའི་ངོས་སྐལ་གྱི་དྲི་མས་རྣམ་པར་དག་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་མཚན་གང་  
གི་བྱིར་ན་དག་པ་དེ་གཉིས་དག་བྱ་གཅིག གིས་དབེན་པའི་སྒོ་ནས་ངོ་བོ་ཐ་  
དད་མ་ཡིན་ཞིང་ཕྱོག་པ་རིགས་ཐ་དད་པར་གཅད་དུ་མེད་པའི་བྱིར། དེས་ན་  
དག་པ་རིགས་གཅིག་པར་བརྗོད་དོ།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག ས་  
གཉིས་པའི་སྒོམ་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་རང་གི་ངོས་སྐལ་གྱི་དྲི་མས་རྣམ་  
པར་དག་པའི་རྣམ་གྲོལ་ལམ་ཐོབ་པའི་ཆེ། དེའི་ཡུལ་གཟུགས་སོགས་ཀྱང་  
དེའི་ངོས་སྐལ་གྱི་དྲི་མས་རྣམ་པར་དག་པ་ཡིན་ནོ། །ཟེར་ན། འོ་ན། ས་གཉིས་  
པའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་དང་རྣམ་གྲོལ་ལམ་གྱི་ཡུལ་གཟུགས་སོགས་ཡོད་  
པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། དེའི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་

གཟུགས་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེའི་དངོས་ལུལ་དུ་གྱུར་  
 པའི་གཟུགས་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ས་གཉིས་པའི་སྒྲོམ་  
 ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་དང་དེའི་རྣམ་གྲོལ་ལམ་གཉིས་ཀྱན་རྫོབ་དངོས་  
 ལུལ་དུ་བྱེད་པའི་ཤེས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ།  
 སྒྲོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སྒྲོབ་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག  
 འབྲས་བུ་དག་པ་གཟུགས་ལ་སོགས། །ཞེས་པའི་དངོས་བསྟན་གྱིས་འབྲས་  
 བུ་དེ་དག་སྒྲོང་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་ལ་བྱེད་ཟེར་ན། འོ་ན། དེ་མཆོན་བྱེད་དཔའི་  
 དག་སྒྲོང་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་ལ་བྱེད་རིག་པར་ཐལ། དེ་དག་སྒྲོང་ཚུལ་གྱི་  
 འབྲས་བུ་ལ་བྱེད་རིགས་པའི་ཕྱིར། བྱེད་སྒྲེ། བྱང་སེམས་ལ་ཞུགས་གནས་  
 བརྒྱད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དངོས་གནས་པ་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། རྒྱལ་  
 སྐུ་རྣམས་ཀྱི་དག་པ་སྒྲེ། །ཞེས་པའི་སྐབས་ནས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་དག་  
 པ་དེ་ཡང་དེ་ལ་བྱེད་རིགས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེ་  
 བྱི་མཆོན་བྱ་དོན་གྱི་དག་སྒྲོང་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་དངོས་ལ་བྱེད་པའི་ཕྱིར།  
 དེར་ཐལ། རྒྱལ་སྐུ་རྣམས་ཀྱི་ཞེས་སྒྲོས་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་  
 ཅིག ས་གཉིས་པའི་རྣམ་གྲོལ་ལམ་དེས་རང་འཛིན་བྱེད་བར་ཆད་མེད་ལམ་  
 གྱི་ངོས་སྐལ་གྱི་སྤང་བྱའི་ངི་མ་སྤངས་པའི་ཆོ། དེའི་དམིགས་ལུལ་གཟུགས་  
 སོགས་ཀྱིས་ཀྱང་དེའི་ངོས་སྐལ་གྱི་ངི་མ་སྤངས་པ་ཡིན་ཟེར་ན། གཟུགས་

སོགས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཀྱང་ངི་མ་སྤངས་པའི་དུས་སྤིང་པར་ཐལ།  
རྣམ་མཁྱེན་གྱིས་རང་འདྲེན་བྱེད་རྒྱུ་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་ངོས་  
སྐལ་དུ་གྱུར་པའི་ངི་མ་སྤངས་པ་དེའི་ཆོ།      རྣམ་མཁྱེན་གྱི་དམིགས་ཡུལ་  
གཟུགས་ཀྱི་རྒྱུ་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་ངོས་སྐལ་གྱི་ངི་མ་མཐའ་  
དག་སྤངས་ཟེན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ས་གཉིས་པའི་རྣམ་གྲོལ་ལམ་དེས་རང་  
འདྲེན་བྱེད་ཀྱི་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་ངོས་སྐལ་དུ་གྱུར་པའི་ངི་མ་སྤངས་པའི་  
ཆོ། དེའི་དམིགས་ཡུལ་གཟུགས་སོགས་ཀྱིས་རྣམ་གྲོལ་ལམ་དེ་འདྲེན་བྱེད་  
པར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་ངོས་སྐལ་དུ་གྱུར་པའི་ངི་མ་སྤངས་པའི་བྱིར། ཉགས་  
ཁས། འདོད་ན། ཡན་ལག་བརྟུ་གཉིས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ངི་མ་སྤངས་པའི་  
སྐབས་གཅིག་སྤིང་པར་ཐལ། འདོད་པ་དེའི་བྱིར། འདོད་ན། མ་རིག་པས་  
ཀྱང་ངི་མ་སྤངས་པའི་སྐབས་ཞིག་སྤིང་པར་ཐལ་ལོ། །འདོད་མི་རུས་སོ།།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། རོན་གྱི་སྦྱོར་བ་ནི་ཆོག་དོན་གྱི་སྐབས་  
སྤྱ་སོང་ཡང་། བུང་བུང་ཞིབ་པར་བྱེད་ན། དཔེར་མཆོན་ཏེ། ས་གཉིས་པའི་  
རྣམ་གྲོལ་ལམ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་རང་འདྲེན་བྱེད་པར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་ངོས་  
སྐལ་གྱི་ངི་མས་རྣམ་པར་དག་པའི་ཆོ།      ཁྱོད་གྱི་དམིགས་ཡུལ་གཟུགས་  
སོགས་ཀྱང་།      ཁྱོད་འདྲེན་བྱེད་ཀྱི་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་ངོས་སྐལ་གྱི་ངི་  
མས་རྣམ་པར་དག་པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཆོ་ཁྱོད་རང་འདྲེན་བྱེད་ཀྱི་བར་ཆད་མེད་



ལམ་གྱི་ངོས་སྐལ་གྱི་དྲི་མས་རྣམ་པར་དག་པའི་དག་པ་དེ་དང་། ཁྱོད་གྱི་  
 དམིགས་ཡུལ་གཟུགས་སོགས་ཁྱོད་འདྲེན་བྱེད་གྱི་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་  
 ངོས་སྐལ་དུ་གྱུར་པའི་དྲི་མས་རྣམ་པར་དག་པའི་དག་པ་དེ་གཉིས་དག་བྱ་  
 གཅིག་གིས་དབེན་པའི་དག་པ་རིགས་གཅིག་ཡིན་པའི་བྱིར། ཞེས་བྱའོ། །  
 དེའི་དོན་ནི། དཔེར་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་དེས་ཐེག་ཆེན་  
 མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་ངོས་སྐལ་གྱི་དྲི་མ་མཐོང་སྤང་སྤངས་པ་ན།  
 དེ་ཕྱིན་ཆད་དེས་སྤངས་པའི་དྲི་མ་དེ་རྣམས་རྗེས་ཐོབ་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་  
 གཟུགས་སོགས་ལ་དམིགས་ནས་མི་སྐྱེ་བ་བཞིན་དུ། ས་གཉིས་པའི་རྣམ་  
 གྲོལ་ལམ་དེས་རྗེས་ཐོབ་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་གཟུགས་སོགས་ཀྱི་ཆོས་ལ་  
 ཅི་ཅམ་དམིགས་ཀྱང་། རང་འདྲེན་བྱེད་ས་གཉིས་པའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་  
 ངོས་སྐལ་གྱི་བདེན་འཛིན་སྤང་སྐྱེ་མི་རུང་དུ་སོང་བའི་དོན་ཡིན་ནོ། །

༥ གསུམ་པ་ཅོད་པ་སྤོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་རྣམ་མཁྱེན་སྐད་ཅིག་དང་པོ་  
 དེ་རྒྱན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་ངོས་སྐལ་གྱི་དྲི་མས་རྣམ་པར་དག་པའི་  
 ཆོ། དེའི་དམིགས་ཡུལ་གཟུགས་སོགས་ཀྱང་རྒྱན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་  
 ལམ་གྱི་ངོས་སྐལ་གྱི་དྲི་མས་རྣམ་པར་དག་པར་ཐལ། ཁྱོད་གྱི་དམ་བཅའ་  
 འཐད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། རྣམ་མཁྱེན་སྐད་ཅིག་དང་པོའི་དམིགས་ཡུལ་  
 གཟུགས་སོར་ས་ཐམས་ཅད་རྒྱན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་ངོས་སྐལ་

གྱི་ངི་མས་རྣམ་པར་དག་པར་ཐལ།      རྣམ་མཁུན་སྐད་ཅིག་དང་པོ་དེ་རྒྱན་  
མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་ངོས་སྐལ་གྱི་ངི་མས་རྣམ་པར་དག་པ་དེའི་ཆོ།  
དེའི་དམིགས་ཡུལ་ག་བྱགས་སོགས་རྒྱན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་ངོས་  
སྐལ་གྱི་ངི་མས་རྣམ་པར་དག་པའི་སྤྱིར།      ཟེར་ན།      མ་བྲལ།      འདོད་མི་རུས་  
སོ། །ཟེར་ན།      འོ་ན།      ལྷ་གྲ་སྤྱེས་པའི་ཆོ།      ལྷ་གྲའི་ས་བོན་རྫོགས་པར་  
འགགས་ན།      ལྷ་གྲའི་ས་བོན་རྫོགས་པར་འགགས་དགོས་པར་ཐལ།      བྱིད་གྱི་  
རྒྱབ་བྱེད་འཐད་པའི་སྤྱིར།      འདོད་ན།      ལྷ་གྲའི་ས་བོན་རྫོགས་པར་འགགས་  
པར་ཐལ།      ལྷ་གྲ་རྫོགས་པར་སྤྱེས་པའི་ཆོ།      དེའི་ས་བོན་རྫོགས་པར་འགགས་  
པའི་སྤྱིར།      བྲལ་བ་ཁས།      དེར་ཐལ།      ལྷ་གྲ་རྫོགས་པར་སྤྱེས་ཟེན་བ་དང་།      དེའི་  
ས་བོན་རྫོགས་པར་འགགས་ཟེན་བ་དུས་མཉམ་ཡིན་པའི་སྤྱིར།      འདོད་མི་  
རུས་སོ།      །ཁ་ཅིག      ཐེག་ཆེན་སྒྲོམ་ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་དང་བར་ཆད་མེད་  
ལམ་གཉིས་འགལ་བར་ཐལ།      ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་དང་བར་  
ཆད་མེད་ལམ་གཉིས་འགལ་བའི་སྤྱིར།      ཟེར་ན།      མ་བྲལ།      འདོད་ན།      ས་གཉིས་  
བ་ཐོབ་མ་ཐག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན།      ཐེག་ཆེན་སྒྲོམ་ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་  
མ་ཡིན་པར་ཐལ།      ཐེག་ཆེན་སྒྲོམ་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཡིན་པའི་སྤྱིར།  
དེར་ཐལ།      ས་གཉིས་བ་ཐོབ་མ་ཐག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་སྤྱིར།      བྲལ་སྟེ།      ས་  
དང་པོ་ཐོབ་མ་ཐག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ན།      མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་

ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་སྒྲོམ་ལམ་རྣམ་གྲོལ་  
ལམ་ཡིན་པར་ཐལ། ས་དང་པོའི་སྐད་ཅིག་ཐ་མའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱིས་  
དངོས་སུ་བྲངས་པའི་རྣམ་གྲོལ་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ས་དང་པོའི་  
སྐད་ཅིག་ཐ་མའི་ཡེ་ཤེས་དེ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
ས་བརྩ་པའི་སྐད་ཅིག་ཐ་མའི་ཡེ་ཤེས་དེ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། དེ་རྒྱན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

༥ གསུམ་པ་འབྲས་བུ་ནི། ཉོན་མོངས་ཤེས་བྱ་ལམ་གསུམ་གྱི། །ཞེས་  
པ་ནས། སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ཉོན་ཏུ་བ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས་ཏེ།  
དོན་ནི་འགྲེལ་བ་ལས། འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་དང་། ཞེས་  
པ་ནས། ལྷན་མེད་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡིན་ཤིང་འདོགས་ཞེས་པའི་བར་  
གསུངས་སོ། །དེ་ཡང་གང་ལས་འཕྲོས་པ་ཡོད་དེ། འདོད་ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་  
དང་གཉི་ལྷག་རྣམ་པར་དག་པ་དང་། ཞེས་པ་ནས། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་  
པ་ཉིད་ཡོངས་སུ་དག་པ་གང་ཡིན་པ་འདི་ལ་གཉིས་སུ་གྱུར་རམ་དེ་ཐ་མི་  
དད་ཅིང་མཆད་པའོ། །ཞེས་པའི་བར་ལས་འཕྲོས་པའི་ཕྱིར།

འདིའི་སྐབས་སུ་གཉིས། ཆིག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་  
ནི། ཉོན་ཐོས་དབྱ་བཅོམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་འགོག་བདེན་ཆོས་ཅན། སྒྲོམ་མ་ཉོན་  
ཐོས་རྣམ་དགོས་ཏེ། ཉོན་མོངས་སྤངས་པའི་ཉོན་ཐོས་ཀྱི་བྲལ་བ་ཡིན་པའི་

ཕྱིར། རང་རྒྱལ་དགྲ་བཅོམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་འགོག་བདེན་ཆོས་ཅན། བསེ་རུ་  
རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྣམ་དག་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་ཕྱི་རོལ་དོན་འཛིན་ཀྱི་ཤེས་  
བྱའི་སྤྱིབ་པའི་རྟོག་པ་སྤངས་པའི་རང་རྒྱལ་ཀྱི་བྲལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱང་  
འཕགས་ཀྱི་འགོག་བདེན་ཆོས་ཅན། རྒྱལ་སྤྲས་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་དག་པ་  
ཡིན་ཏེ། ལམ་གསུམ་ཀྱི་སྤྱིབ་པ་ཅི་རིགས་ཉམས་པ་སྟེ་སྤངས་པའི་བྱང་  
སེམས་ཀྱི་བྲལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སངས་རྒྱས་ཀྱི་འགོག་བདེན་ཆོས་ཅན།  
རྣམ་ཀུན་ཤིན་ཏུ་བའི་དག་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྱིབ་གཉིས་སྤངས་པའི་བྲལ་བ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ་ཁ་ཅིག་རྣམ་  
དག་སྒྲོམ་ལམ་རྣམ་དག་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་ཆོས་ཅན། རྣམ་དག་མ་ཡིན་པར་  
ཐལ། འགོག་བདེན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་  
ཉན་ཐོས་ཀྱི་རྣམ་དག་ཡིན་ན། ཉན་ཐོས་ཀྱི་བྱང་འདས་ཡིན་པས་བྱུང་ཟེར་ན།  
ཉན་ཐོས་མཐོང་ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་འགོག་བདེན་ཆོས་ཅན།  
དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་འགོག་བདེན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
འདོད་ན། ཉན་ཐོས་དགྲ་བཅོམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་འགོག་བདེན་ཡིན་པར་ཐལ་  
ལོ། །ཁ་ཅིག་རང་རྒྱལ་ཀྱི་རྣམ་དག་ཡིན་ན། གཟུགས་ཕྱི་རོལ་ཀྱི་དོན་འཛིན་  
ཀྱི་རྟོག་པ་སྤངས་པས་བྱུང་ཟེར་ན། རང་རྒྱལ་མཐོང་ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་པ་

བའི་རྣམ་དག་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། འདོད་ན། བྱང་འདས་ཡིན་  
 པར་ཐལ། ཉོན་མོངས་སྤངས་པའི་འགོག་བདེན་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ།  
 གཟུགས་སྤྱི་རོལ་དོན་འཛིན་གྱི་ཉོག་པ་སྤངས་པའི་འགོག་བདེན་ཡིན་པའི་  
 བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་སྤངས་པའི་རྣམ་དག་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་  
 སོ། །ཁ་ཅིག བྱང་སེམས་ཀྱི་རྣམ་དག་ཡིན་ན། ལམ་གསུམ་གྱི་སྤང་བྱའི་  
 སྤྱིབ་པ་སྤངས་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་པ་བའི་  
 རྒྱུད་ཀྱི་འགོག་བདེན་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་  
 ཀྱི་འགོག་བདེན་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་ན། སྤྱིབ་པ་སྤངས་པར་ཐལ། འདོད་པ་  
 གང་ཞིག སྤྱིབ་པ་དེ་ལམ་གསུམ་གྱི་སྤང་བྱའི་གཙོ་བོ་ཡིན་པའི་བྱིར། བྱི་མ་  
 དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་དེ་ལམ་གསུམ་གྱི་ཐོབ་བྱའི་གཙོ་བོ་ཡིན་པའི་བྱིར།  
 འདོད་ན། རྣམ་དག་ཤིན་ཏུ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། སྤྱིབ་པ་སྤངས་པའི་རྣམ་དག་  
 ཡིན་པའི་བྱིར། ཉགས་ཁས། འདོད་མི་རུས་ཏེ། སྤྱིབ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཆོས་ཡིན་  
 པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། རང་བཞིན་གྱི་རྣམ་དག་ཡིན་ན། རྣམ་དག་ཡིན་པས་  
 ཁྱབ་ཟེར་ན། བདེན་འཛིན་གྱི་ཆོས་ཉིད་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་  
 ཐལ། དོན་དམ་བདེན་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་ན་སྤྲོ། །ཁ་ཅིག་ན་རེ། རང་  
 བཞིན་གྱི་རྣམ་དག་ཡིན་ན། རྣམ་དག་མ་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། ཐེག་ཆེན་  
 མཐོང་ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་གྱི་ཆོས་ཉིད་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར།



འདོད་ན། དེ་རྣམ་དག་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འགོག་བདེན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག  
 ཉན་ཐོས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སྤངས་པ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་རྣམ་དག་གི་མཆན་ཉིད། དེ་  
 བཞིན་དུ་གཞན་གཉིས་ལ་ཡང་སྦྱོར་བེད་ན། འོ་ན། རང་རྒྱལ་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་རྣམ་  
 དག་ཡིན་ན། རང་རྒྱལ་ཀྱི་རྣམ་དག་ཡིན་དགོས་པ་དང་། བྱང་སེམས་ཀྱི་  
 རྒྱུད་ཀྱི་རྣམ་དག་ཡིན་ན། བྱང་སེམས་ཀྱི་རྣམ་དག་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ།  
 དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཉན་ཐོས་མཐོང་  
 ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་ལས་ལངས་རྗེས་སུ་རང་རྒྱལ་ལས་དང་ཐེག་ཆེན་ལམ་  
 དུ་འཇུག་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཉན་ཐོས་མ་ངེས་རྣམ་གཉིས་ཏེ། ཐེག་  
 འོན་མཐོང་དང་མ་མཐོང་དང་། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། ཐེག་  
 ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་འགོག་བདེན་ཆོས་ཅན།  
 བྱང་སེམས་ཀྱི་འགོག་བདེན་ཡིན་པར་ཐལ། བྱང་སེམས་ཀྱི་རྣམ་དག་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་རྣམ་དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འཁྲབ་  
 པ་ཁས། འདོད་ན། རང་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་སུ་གྱུར་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་བར་  
 ཆད་མེད་ལམ་གྱི་སྟོབས་ཀྱིས་ཐོབ་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན།  
 ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་ཐོབ་བེན་པར་ཐལ་ལོ།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་སྟོབས་ཀྱིས་ཐོབ་  
 པའི་སྤངས་པ། རྣམ་དག་གི་མཆན་ཉིད། དེ་ལ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་རྣམ་དག་ནས།

རྣམ་དག་ཤིན་ཏུ་བའི་བར་བཞི་ཡོད། རང་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་སུ་གྱུར་བའི་  
ཉན་ཐོས་ཀྱི་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་སྟོབས་ཀྱིས་ཐོབ་བའི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་སྤངས་  
པ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་རྣམ་དག་གི་མཆན་ཉིད་དུ་འཛོག་པ་ནས། སློབ་གཉིས་བག་  
ཆགས་དང་བཅས་པ་སྤངས་བའི་སྤངས་པ། རྣམ་དག་ཤིན་ཏུ་བའི་མཆན་  
ཉིད་དུ་འཛོག་གོ།

༥ གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྤྲོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱད་ཀྱི་རྣམ་  
དག་ཡིན་ན། བྱང་སེམས་ཀྱི་རྣམ་དག་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། རང་རྒྱལ་གྱི་  
རྒྱད་ཀྱི་རྣམ་དག་ཡིན་ན། རང་རྒྱལ་གྱི་རྣམ་དག་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་  
ཐལ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་རྒྱད་ཀྱི་རྣམ་དག་ཡིན་ན། ཉན་ཐོས་ཀྱི་རྣམ་དག་ཡིན་  
དགོས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། ཁ་ཅིག་རྣམ་མཁྱེན་ཆོས་ཅན། སློབ་  
གཉིས་སྤངས་བའི་སྤངས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། རྣམ་དག་ཤིན་ཏུ་བ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཤིན་ཏུ་རྣམ་དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། རེ་ཞིག་མ་ཁྲབ།  
ཉགས་དེར་ཐལ། ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་དག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན། མ་ཁྲབ་གོ།

### རྣམ་དག་ཤིན་ཏུ་བ།

༥ བཞི་པ་ངོ་མོད་བྱེད་པར་ལ་གཉིས། རྣམ་དག་ཤིན་ཏུ་བ་ཡིན་མིན་  
ཀྱི་བྱེད་པར་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྣམ་དག་ཤིན་ཏུ་བར་བསྒྲུབ་པའོ། །དང་  
པོ་ནི། ས་དགུ་ལ་ནི་ཆེན་པོ་ཡི། །ཞེས་པ་ནས། དག་པ་ཡིན། །ཞེས་པའི་བར་

གསུངས་ཏེ། རོན་ནི་འབྲེལ་བ་ལས། འདོད་པའི་ཁམས་དང་། བསམ་གཏན་  
དང་། གཟུགས་མེད་པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་དག་པ་སྟེ། ཞེས་པ་ནས།  
རྣམ་པར་དག་པ་ཞིན་ཏུ་བ་དང་ཅིག་ཞོས་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་པའི་བར་  
གསུངས་ལ།

གཉིས་པ་ནི། དེ་ལ་གྲུན་ཀ་སྤངས་པ་ཡིས། ཞེས་པ་ནས། གཉེན་པོ་  
ཉིད་ཏུ་འདོད་པ་ཡིན། ཞེས་པའི་བར་གསུངས་ཏེ། རོན་ནི་འབྲེལ་བ་ལས།  
དེ་ལ་གཉེན་པོ་ནི་ཆེན་པོའི་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པ། ཞེས་པ་ནས། སངས་རྒྱས་  
ཀྱི་རྣམ་པར་དག་པ་ཞིན་ཏུ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར་རྣམ་པར་བཞག་གོ། ཞེས་པའི་  
བར་གསུངས་སོ། །གཞུང་གྲ་བྱི་དེ་གཉིས་རྩ་བའི་གཞུང་གང་ལས་འཕྲོས་པ་  
ཡོད་དེ། བཅོམ་ལྡན་འདས་རྣམ་པར་དག་པ་ནི་འདོད་པ་དང་གཟུགས་དང་  
གཟུགས་མེད་པའི་ཁམས་སུ་སྐྱེ་བ་མ་ལགས་སོ། །ཞེས་པ་ནས། བཅོམ་ལྡན་  
འདས་རྣམ་པར་དག་པ་ནི་འཆའ་བ་མ་མཆིས་པའོ། །

ཞེས་སོགས་ཀྱི་མདོ་ལས་འཕྲོས་པའི་བྱིར། འདིའི་སྐབས་སུ་གཉིས།  
རྩ་བའི་ཆིག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི།  
ཞེས་བྱ་ཆོས་ཅན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྣམ་དག་དང་ཉན་རང་གི་རྣམ་དག་ལ་  
རྣམ་དག་ཞིན་ཏུ་བ་ཡིན་མིན་གྱི་བྱད་པར་འཐད་དེ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྣམ་  
དག་དེ་ནི་འདོད་པའི་ཁམས་དང་བསམ་གཏན་བཞི་དང་གཟུགས་མེད་བཞི་

སྟེ་ས་དགུ་ལ་གཏོགས་བའི་སྒྲོམ་སྤང་བདེན་འཛིན་ལྟན་སྐྱེས་ཆེན་པོ་ཡི་ཆེན་  
 པོ་ནས་ཆུང་དུ་འཛིན་ཆུང་དུ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་རིམ་གྱིས་འཛོམས་བྱེད་དེ་མ་  
 དེའི་གཉེན་པོ་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོམ་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཆུང་དུ་འཛིན་ཆུང་དུ་  
 དང་ཆུང་དུ་འཛིན་ལ་སོགས་པའི་ལམ་རིམ་གྱིས་སྐྱེས་སྐྱོབས་གྱིས་དེ་མ་  
 དེ་དག་དག་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་བྱས་པའི་སྒྲོ་ནས་ཐོབ་པས་རྣམ་དག་ཤིན་ཏུ་བ་  
 ཡིན་ལ། ཉན་རང་གི་རྣམ་དག་ནི་རང་གི་སྒྲོམ་ལམ་གྱིས་དེ་མ་དེ་དག་ཚུ་ལ་  
 དེ་ལྟར་དག་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་བྱས་པའི་སྒྲོ་ནས་ཐོབ་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 གཉིས་པ་ནི། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོམ་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་དེ་ནི་ཆོས་ཅན།  
 ཁམས་གསུམ་གྱིས་དགུས་བསྐྱུས་པའི་སྐྱེབ་པའི་གཉེན་པོ་ཉིད་དུ་འདོད་པ་  
 ཡིན་ཏེ། སྤང་གཉེན་སྐྱེ་འགགས་གྱི་རིམ་པ་དེ་ལ་ཁྲན་ཀ་སྤངས་པ་ཡི་སྒྲོ་ནས་  
 གཉེན་པོ་དེ་དག་སྤང་བྱ་དེ་རྣམས་གྱི་གཉེན་པོར་གྱུབ་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་གྱུབ་  
 གྱེ། འཇལ་བྱེད་གྱི་ཤེས་པ་དང་། གཞལ་བྱ་དག་བདེན་སྟོང་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་  
 མཛོན་སུམ་དུ་ཉོགས་པ་ཉིད་གྱི་ཡེ་ཤེས་དེས་སྤང་བྱ་དེ་དག་དངོས་སུ་  
 འཛོམས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་ས་  
 དང་པོའི་ངོ་བོར་གྱུར་པའི་སྒྲོམ་ལམ་མེད་དོ། །ཟེར་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ།  
 འགྲེལ་ཆེན་ལས། ས་དང་པོའི་སྐད་ཅིག་མ་དང་པོ་ནི་མཐོང་བའི་ལམ་ཡིན་

ནོ། །སྐད་ཅིག་མ་གཉིས་པ་ནས་དོ་རྩེ་ལྟ་བུར་བརྗོད་པ་བར་ཆད་མེད་པའི་  
ལམ་གང་ལས་དེ་མ་ཐག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ཀྱན་ཏུ་འོད་བྱེད་པའི་བར་འདི་  
དག་ཐམས་ཅད་ནི་སྒྲོམ་པའི་ལམ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་  
པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ས་དང་པོའི་ངོ་བོར་གྱུར་པའི་སྒྲོམ་ལམ་བར་ཆད་མེད་  
ལམ་མེད་ཟེར་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། ས་དང་པོའི་སྒྲོམ་ལམ་ཐོབ་མ་ཐག་པའི་  
ཡེ་ཤེས་ཡིན་ན། སྒྲོམ་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར། དེར་  
ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོམ་ལམ་ཐོབ་མ་ཐག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ན། སྒྲོམ་ལམ་  
བར་ཆད་མེད་ལམ་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར། བྱེད་སྤྱོད་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོམ་ལམ་  
ཐོབ་མ་ཐག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ན། ས་དང་པོའི་སྒྲོམ་ལམ་ཐོབ་མ་ཐག་པའི་ཡེ་  
ཤེས་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར། ཁོ་ན་རེ། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོམ་ལམ་ཐོབ་མ་ཐག་  
པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ན། སྒྲོམ་ལམ་གྱི་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཡིན་མི་དགོས་ཟེར་  
ན། དེ་དགོས་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་ཐོབ་མ་ཐག་པའི་ཡེ་ཤེས་  
ཡིན་ན། མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར། གཞན་ཡང་།  
ས་དང་པོའི་ངོ་བོར་གྱུར་པའི་སྒྲོམ་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཡོད་པར་ཐལ།  
ས་དང་པོའི་སྐད་ཅིག་ཐ་མའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ན། བར་ཆད་མེད་ལམ་ཡིན་  
དགོས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ས་བཏུ་པའི་སྐད་ཅིག་ཐ་མའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ན།  
བར་ཆད་མེད་ལམ་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ས་དང་པོའི་ངོ་བོར་གྱུར་



པའི་ཅགོམ་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཡོད་ཀྱང་དེའི་ངོ་བོར་གྱུར་པའི་སྒྲིབ་  
 ལམ་རྗེས་ཐོབ་ཡེ་ཤེས་མེད་ཟེར་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དེའི་ངོ་བོར་གྱུར་པའི་  
 མོས་པ་སྒྲིབ་ལམ་ཡོད་པ་རྣམ་བཤད་ལས་གསུངས་པ་གང་ཞིག དེ་ཡོད་ན་  
 སྒྲིབ་ལམ་རྗེས་ཐོབ་ཡེ་ཤེས་ཡོད་པར་འགྲུབ་པའི་བྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ།  
 རྣམ་བཤད་ལས། མོས་པ་སྒྲིབ་ལམ་དེ་མ་དག་ས་བདུན་ན་ཡོད་པར་གསལ།  
 བར་བཤད་པའི་བྱིར། བྱི་མ་དེར་ཐལ། མོས་པ་སྒྲིབ་ལམ་ཡིན་ན། སྒྲིབ་ལམ་  
 བར་ཆད་མེད་ལམ་མ་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། རྟོག་པ་  
 ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། སྐྱོད་ཀྱི་འབྲེལ་རུང་དུ་འཛིན་  
 པའི་ཞེན་རིག་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར། གཞན་ཡང་། ས་དང་པོ་དེ་ངོ་བོར་གྱུར་  
 པའི་སྒྲིབ་ལམ་རྗེས་ཐོབ་ཡེ་ཤེས་ཡོད་པར་ཐལ། ས་དང་པོ་དེ་རྫོགས་པ་ལ་  
 བསྐྱལ་པ་ལ་སོགས་པ་ཡུན་རིང་དུ་འགྲོ་དགོས་པ་གང་ཞིག དེ་ལྟར་ན་དེའི་  
 ངོ་བོར་གྱུར་པའི་སྒྲིབ་ལམ་ཡོད་དགོས་ལ། དེ་ཡང་ཟག་མེད་སྒྲིབ་ལམ་ཡོད་  
 ཅིང་ཟག་བཅས་སྒྲིབ་ལམ་མེད་པའི་ཁྱད་པར་དབྱེ་བར་མི་རུས་པའི་བྱིར།  
 དང་པོ་དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སྒོ་འབྲེད་ལས། ས་དང་པོ་བསྐྱལ་པ་ལ་སོགས་  
 པའི་ཡུན་གྱིས་རྫོགས་དགོས་པས་དེའི་ངོ་བོར་གྱུར་པའི་སྒྲིབ་ལམ་ཡོད་  
 པར་རིགས་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག བར་ཆད་མེད་ལམ་  
 ཡིན་ན། ཁྱོད་གྱིས་དངོས་སུ་བྲངས་པའི་རྣམ་གྲོལ་ལམ་ཡོད་པས་ཁྱབ་ཟེར་

ན། རྒྱུན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་སྤྱིར། འདོད་ན།  
 མི་འཐད་པར་ཐལ། དེས་དངོས་སུ་བྱངས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ན། རྣམ་གྲོལ་  
 ལམ་མ་ཡིན་དགོས་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། དེས་དངོས་སུ་བྱངས་པའི་ཡེ་ཤེས་  
 ཡིན་ན། རྣམ་མཁྱེན་ཡིན་དགོས་པའི་སྤྱིར། ཁ་ཅིག་ རྣམ་གྲོལ་ལམ་ཡིན་ན།  
 སྦྱོད་དངོས་སུ་འབྲེན་བྱེད་གྱི་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཡོད་པས་མ་ཁྲབ་ཟེར་ན།  
 དེ་ཁྲབ་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་རྣམ་གྲོལ་ལམ་ལ་ཡང་དེས་ཁྲབ། ཐེག་དམན་  
 ལ་ཡང་དེས་ཁྲབ་པའི་སྤྱིར། འོན་ཀྱང་ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་  
 དང་སྒྲོམ་ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་གཉིས་དངོས་སུ་འབྲེན་བྱེད་ཡིན་པ་འཛོག་  
 དཀའོ། །ཁ་ཅིག་ ཐེག་ཆེན་སྒྲོམ་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཆུང་རིམ་ནས་སྦྱེས་  
 སྟོབས་གྱིས། བདེན་འཛིན་ལྟན་སྦྱེས་ཆུང་རིམ་ནས་སྦྱོང་བ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་  
 མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སྒྲོམ་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཆུང་རིམ་གྱིས་  
 བདེན་འཛིན་ལྟན་སྦྱེས་ཆེ་རིམ་ནས་སྦྱོང་བའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། དཔེར་ན།  
 གོས་ལ་ཆགས་པའི་དྲི་མ་སེལ་བ་ན། དྲི་མ་ཆེ་རིམ་ནས་སེལ་བ་བཞིན་ཡིན་  
 པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། འབྲེལ་པ་ལས། གོས་ལ་ཆགས་པའི་དྲི་མ་བསལ་བ་ལ་  
 བཙོ་སྒྲག་མཁན་ཆེ་ཐང་དུ་འབད་པའི་དཔེས། ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། ཁ་  
 ཅིག་ བདེན་འཛིན་ལྟན་སྦྱེས་ལས་དངོས་སུ་གྲོལ་བའི་རྣམ་གྲོལ་ལམ་ཡོད་  
 ཟེར་ན། དེ་མེད་པར་ཐལ། བདེན་འཛིན་ལྟན་སྦྱེས་ལས་དངོས་སུ་གྲོལ་བའི་

སྟོབ་ལམ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བདེན་འཛིན་ལྟན་སྟེས་སྤངས་པའི་སྟོབ་  
ལམ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྟོབ་པ་སྤངས་པའི་སྟོབ་ལམ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། དེ་སྤངས་པའི་སྟོབ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་སྤངས་པའི་  
སེམས་ཅན་མེད་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པར་རང་ལྷགས་ལ། ཐེག་ཆེན་སྟོམ་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་  
ཆུང་འབྲིང་ཆེན་པོ་དགུ་རིམ་གྱིས་སྟེས་སྟོབས་ཀྱིས་བདེན་འཛིན་ལྟན་སྟེས་  
ཆེ་འབྲིང་ཆུང་དགུ་རིམ་གྱིས་སྟོང་བར་བྱེད་དེ། ས་དགུ་ལ་ནི་ཆེན་པོ་ཡི།  
ཞེས་སོགས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་བསྟན་པའི་ཕྱིར། ས་དགུ་ཞེས་པ་ནི་མཁས་པ་དུ་  
མས་བསམ་གཏན་ས་དུག་གི་སྟེང་དུ་གཟུགས་མེད་དང་པོ་གསུམ་བསྟན་  
ནས་སེམས་རྟེན་ས་དགུ་ལ་བཤད་པ་ཡོད་ཀྱང་། འགྲེལ་པའི་སྐྱས་བེན་ལྟར་  
ན་འདོད་པ་དང་གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་གསུམ་གྱི་སྤྱི་མ་གཉིས་ལ་བཞི་  
བཞིར་སྤྱི་ནས་སྤང་བྱའི་སྟེང་དུ་བཤད་དོ། །

དེས་ན་ཁམས་གསུམ་ས་དགུས་བསྐྱས་པའི་བདེན་འཛིན་ལྟན་སྟེས་  
ལ་ཆུང་འབྲིང་ཆེན་པོ་དགུར་སྤྱི་ནས། དེ་ས་གང་གིས་ངེ་ལྟར་སྟོང་བའི་ཚུལ་  
ཡོད་དེ། དེ་ཡང་ཆེན་པོ་ལ་སྟོར་གསུམ། འབྲིང་ལ་སྟོར་གསུམ། ཆུང་དུ་ལ་  
སྟོར་གསུམ་དུ་སྤྱི་ནས། ས་དང་པོའི་སྟོམ་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ནས་ས་  
གཉིས་པའི་སྟོམ་ལམ་སྐད་ཅིག་ཐ་མའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་དང་། གསུམ་པ་

དང་། བཞི་པའི་ཐོག་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱིས་རིམ་པ་བཞིན་དུ། དང་  
པོ་གསུམ་གྱི་སྤྱོད་གཉེན་དང་། ལྷ་པ་དུག་པ་བདུན་པའི་ཐོག་མཐའི་བར་ཆད་  
མེད་ལམ་གྱིས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་བར་པ་གསུམ་གྱི་སྤྱོད་གཉེན་དང་། བརྒྱད་  
པ་དགུ་པ་བཅུ་པའི་ཐོག་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱིས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་སྤྱི་  
མ་གསུམ་གྱི་སྤྱོད་གཉེན་གྱེད་པའི་སྤྱིར། འོན་ཀྱང་དངོས་གཉེན་ནི་ས་གཉིས་  
པ་ནས་བཅུ་པའི་བར་གྱི་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་དགུ་པོ་སོ་སོར་འཛོག་གོ  
དེ་ལ་ནང་གསེས་གྱིས་སྤྱོད་བཅོ་བརྒྱད་དང་བཅུ་དགུ་དང་ཉི་ཤུར་འབྲེལ་དུ་  
ཡང་རུང་སྟེ། དགུ་གཉིས་བཅོ་བརྒྱད་དུ་སྤྱོད་ནས་ས་སྤྱི་མ་དགུའི་ཐོག་མཐའི་  
བར་ཆད་མེད་ལམ་དང་སྤྱང་གཉེན་སྦྱོར་བ་དང་། ཡང་བཅོ་བརྒྱད་ཀྱི་དང་པོ་  
ལ་གཉིས་སུ་སྤྱོད་བའི་དང་པོ་ས་དང་པོའི་སྐད་ཅིག་ཐ་མའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་  
དང་སྤྱང་གཉེན་སྦྱོར་བ་དང་། ཡང་ན་བདེན་འཛིན་ལྷན་སྐྱེས་ལ་བཅུར་སྤྱོད་  
ནས་ནང་གསེས་གཉིས་གཉིས་སུ་བྱས་ཏེ། ས་དང་པོའི་སྒྲིམ་ལམ་ཐོབ་མ་  
ཐག་པ་དང་། དེའི་སྐད་ཅིག་ཐ་མའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་གཉིས་སོ་སོ་དང་སྤྱང་  
གཉེན་སྦྱོར་ཞིང་། དེ་བཞིན་དུས་ལྷག་མ་དགུ་ལ་ཡང་སྦྱོར་རུང་ཅམ་སྤྱང་  
བའི་སྤྱིར། དེ་དག་ནི་ཆོག་འཁྲུག་ཅམ་པ་མ་བཟོས་པར་བཤད་དོ། །དེ་ལྟར་  
ནའང་དངོས་བསྟན་ནི་དགུར་སྤྱོད་བ་ཉིད་གཙོ་ཆེ་བ་རྗེ་སྤྱི་མཐའི་དགོངས་པ་  
ཡིན་པར་ཅུ་ཞེས་ཅི་གྲུ་གསལ་ལོ། །གཞན་ཡང་། བདེན་འཛིན་ལྷན་སྐྱེས་

ལ་བརྒྱད་ཅུ་གྲ་གཅིག་ཏུ་འབྲེད་ཚུལ་ཡོད་དེ། འདོད་པའི་སས་བསྐྱས་པའི་  
བདེན་འཛིན་ལྷན་སྐྱེས་ཚུང་འབྲིང་ཆེན་པོ་དགྲ། དེ་བཞིན་དུ་བསམ་གཏན་  
བཞི་དང་། གཟུགས་མེད་བཞིའི་སས་བསྐྱས་ཞེས་སྒྱུར་བས་དགྲ་དགྲ་  
བརྒྱད་ཅུ་གྲ་གཅིག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འོན་ཀྱང་ཅ་བར་བདེན་འཛིན་ལྷན་སྐྱེས་  
ལ་དགྲར་སྐྱེ་བ་ལྷ་བྱ་ནི་གདུལ་བྱ་ཉི་བའི་བསམ་པ་ལ་སྒྲོས་པའི་དབང་དུ་  
བྱས་པ་ཡིན་གྱི། དངོས་པོའི་གནས་ཆེད་ལ་ནི་གངས་དེ་ཅམ་དུ་མ་ངེས་པར་  
གསེར་སྒྲིང་ལས་བཤད་དོ། །

༥ གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྒྲོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་ན་རེ། ས་དང་པོའི་ངོ་བོར་གྱུར་  
པའི་སྒྲོམ་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཡོད་ཀྱང་དེའི་ངོ་བོར་གྱུར་པའི་སྒྲོམ་ལམ་  
བར་ཆད་མེད་ལམ་ཡིན་ན། ས་དང་པོའི་སྐྱད་ཅིག་ཐ་མའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་  
ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་དགོས་པ་མཁས་པ་ཁ་ཅིག་གིས་བཞེད་པའི་  
ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྱལ། འདོད་ན་བཀག་ཟིན་ཏོ། །

ཁ་ཅིག ཐེག་ཆེན་སྒྲོམ་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཚུང་འབྲིང་ཆེན་པོ་  
དགྲ་རིམ་གྱིས་སྐྱེས་སྒྲོབས་གྱིས་བདེན་འཛིན་ལྷན་སྐྱེས་ཆེ་འབྲིང་ཚུང་དུ་  
དགྲ་རིམ་གྱིས་སྒྲོང་བ་དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། བདེན་འཛིན་ལྷན་སྐྱེས་ཆེན་  
པོའི་ཆེན་པོ་དངོས་སུ་སྒྲོང་བ་ལ་ཐེག་ཆེན་སྒྲོམ་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་  
ཆེན་པོའི་ཆེན་པོ་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དཔེར་ན། དགྲ་



སྟོབས་ལྡན་འདུལ་བ་ལ་གཤེད་མ་སྟོབས་ལྡན་དགོས་པ་བཞིན་ཡིན་ཟེར་ན།  
 དེ་ལྟ་བུའི་ལྷན་ཀའི་སྟོན་མི་འདུག་སྟེ་སྤང་གཉིན་སྟེ་འགགས་ཀྱི་རིམ་བཞི་  
 ཚུལ་དེ་དང་མི་འདྲ་བར་གོས་ལ་ཆགས་པའི་དྲི་མ་རགས་རིམ་ནས་སེལ་བ་  
 བཞིན་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ལ་ལྷན་ཀ་སྤང་བ་ཡིས། །ཞེས་པའི་ཐད་  
 ཀྱི་རྣམ་བཤད་ལས་དེ་ལྟར་གསུངས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག ཉན་ཐོས་སྟོམ་ལམ་  
 བར་ཆད་མེད་ལམ་ཚུང་འབྲིང་ཆེན་པོ་དགུ་རིམ་གྱིས་སྟེས་སྟོབས་གྱིས་  
 གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་ཆེ་འབྲིང་ཚུང་དུ་དགུ་རིམ་གྱི་སྟོང་བར་ཐལ། ཐེག་  
 ཆེན་གྱི་སྟོམ་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ལ་སྤར་གྱི་དེའི་བྱིར། འདོད་ན། མི་  
 འཐད་པར་ཐལ། ཉན་ཐོས་གྱི་སྟོམ་ལམ་ཚུང་འབྲིང་ཆེན་པོ་དགུ་མེད་པའི་  
 བྱིར། དེར་ཐལ། ཉན་ཐོས་གྱི་སྟོམ་ལམ་ཡིན་ན། ཉན་ཐོས་གྱི་སྟོམ་ལམ་དོ་རྩེ་  
 ལྟ་བུའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར། དེ་དེར་ཐལ། ཉན་ཐོས་མཐོང་  
 ལམ་ནས་སྟོམ་ལམ་དུ་འཕོས་མ་ཐག་དུ་ཉན་ཐོས་གྱི་སྟོམ་ལམ་དོ་རྩེ་ལྟ་བུའི་  
 ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་འདུག་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག མ་ཁྲལ་ཟེར་ཡང་། རང་རེས་མ་  
 གྲལ་བོ། །ཁ་ཅིག ས་བརྩུ་པའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་དེ་བདེན་འཛིན་ལྷན་སྟེས་  
 ཚུང་དུའི་དངོས་གཉིན་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཡིན་པར་ཐལ། ས་བརྩུ་པའི་བར་  
 ཆད་མེད་ལམ་གྱི་ངོས་སྐལ་དུ་གྱུར་པའི་བདེན་འཛིན་ལྷན་སྟེས་ཚུང་དུའི་  
 ཚུང་དུ་ཡོད་པའི་བྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲལ། འདོད་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ།

བདེན་འཇིན་ལྷན་སྐྱེས་ཚུང་དུ་ཚུང་དུ་འདི་དངོས་གཉེན་བར་ཆད་མེད་ལམ་  
ཡིན་ན། རྒྱན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
བདེན་འཇིན་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་དངོས་གཉེན་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཡིན་ན། རྒྱན་  
མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བདེན་འཇིན་  
ལྷན་སྐྱེས་ལས་དངོས་སུ་གྲོལ་བའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ན། རྣམ་མཁྱེན་སྐྱད་ཅིག་  
དང་པོ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ॥

གསུམ་པ་སྐབས་བསྐྱུ་ནི་གོ་སྟོང་། ॥

༡༡། །མདོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་གྱི་དགོངས་པ་གསལ་བར་

བྱེད་པ་མཁས་པ་དབྱེས་པའི་མཆོད་སྦྱིན་ལས་

སྐབས་གསུམ་པའི་ཆིག་དོན་མཐའ་དབྱེད་

བྱང་འབྲེལ་དུ་བཞད་པ་

བཞུགས་སོ།།

སྐབས་གསུམ་པ།

འཕགས་པ་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ལ་ཕྱག་འཆོལ་  
ལོ། །གསུམ་པ་གཞི་ཤེས་ཀྱི་ཡན་ལག་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་གཉིས། སྤྱིར་  
བསྟན་པ་དང་། གཞུང་གི་དོན་བཤད་པའོ། །

གཞུང་སྤྱིའི་རྣམ་བཞག

དང་པོ་ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། སྐབས་གཉིས་པར་ལམ་ཤེས་བཤད་  
ཟིན་པའི་འོག་དུ་སྐབས་འདིར་གཞི་ཤེས་འཆད་པའི་རྒྱ་མཆན་ཡོད་དེ། ལམ་  
ཤེས་རང་རྒྱད་ལ་སྦྱེ་བ་ལ་གཞི་མི་རྟག་ལ་སོགས་བཅུ་དྲུག་ ཡོངས་སུ་ཤེས་  
པའི་གཞི་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཉམས་སུ་ལེན་པ་སྟོན་དུ་འགྲོ་དགོས་ཤིང་། དེ་  
མེད་ན་མི་འབྱུང་བའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་དེ་ལྟར་བཤད་པའི་བྱིར། དེ་ལྟར་ཡང་

འགྲེལ་བ་ལས། གཞི་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་མེད་པར་ལམ་ལེགས་  
 པར་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་མེད་པས་ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་ཉིད། ཅེས་གསུངས་  
 པའི་བྱིར། འདྲི་རྒྱལས་སུ་གསུམ་ལས་དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་ལམ་ཤེས་རང་  
 རྒྱུད་ལ་བསྐྱེད་པ་ལ་གཞི་ཤེས་རང་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བ་སྒྲོན་དུ་འགྲོ་དགོས་པས་  
 ར། ལམ་ཤེས་བཤད་ཟིན་པའི་འོག་ཏུ་གཞི་ཤེས་འཆད་པ་ཡིན་ཟེར་ན། འོ་ན།  
 ལམ་ཤེས་རང་རྒྱུད་ལ་སྐྱེས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། གཞི་ཤེས་རང་རྒྱུད་ལ་  
 སྐྱེས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཀྱི་དམ་བཅའ་འཐད་པའི་  
 བྱིར། འདོད་ན། དམན་ལམ་སྒྲོན་དུ་མ་སོང་བའི་ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་  
 ཆད་མེད་ལམ་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་  
 འཕགས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཆོས་ཅན་དེའི་བྱིར། བྱུང་སྐྱེས་  
 དང་པོ་ཉིད་ནས་ཐེག་ཆེན་དུ་རིགས་ངེས་པའི་བྱང་སེམས་རྣམས་ཀྱིས་ལམ་  
 ཤེས་མ་ཐོབ་པར་གཞི་ཤེས་ཐོབ་པ་མི་སྲིད་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ལམ་ཤེས་  
 རང་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བ་ལ། མི་རྟག་ལ་སོགས་བཙུ་བྱུག་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་  
 དགོས་པའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་དེ་ལྟར་བཤད་པ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་  
 ཐལ། དམན་ལམ་སྒྲོན་དུ་མ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་སྦྱོར་ལམ་པས་ལམ་ཤེས་  
 མ་ཐོབ་པར་མི་རྟག་ལ་སོགས་བཙུ་བྱུག་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་  
 ཐོབ་པ་མེད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེས་ལམ་ཤེས་མ་ཐོབ་པར་གཞི་ཤེས་ཐོབ་

བ་མེད་པའི་ཕྱིར། བྱམ་སྟེ། མི་རྟག་ལ་སོགས་བཅུ་དྲུག་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་  
 པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་གཞི་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ ལམ་ཤེས་རང་རྒྱད་ལ་  
 སྐྱེ་བ་ལ། མི་རྟག་སོགས་བཅུ་དྲུག་རྟོགས་པ་སྡོན་དུ་འགྲོ་དགོས་ཀྱང་། དེ་  
 དག་རྟོགས་མི་དགོས་སོ་ཟེར་ན། འོ་ན། ལམ་ཤེས་རང་རྒྱད་ལ་སྐྱེ་བ་ལ།  
 སྤྱག་བདེན་གྱི་སྟངས་གི་མི་རྟག་པ་རྟོགས་མི་དགོས་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་  
 འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ལ་ཉེར་ལེན་གྱི་སྤང་པོ་མི་རྟག་པར་རྟོགས་མི་  
 དགོས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཉེར་ལེན་གྱི་སྤང་པོ་མི་རྟག་  
 པར་མ་རྟོགས་པར་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་ཐོབ་རྒྱས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་  
 ཕྱིར། འདོད་ན། སྤང་པོ་མི་རྟག་པར་མ་རྟོགས་པར་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་  
 ཐོབ་རྒྱས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། འདུས་བྱས་མི་རྟག་པར་མ་  
 རྟོགས་པར་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་ཐོབ་རྒྱས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར།  
 འདོད་མི་རྒྱས་སོ། །ཁ་ཅིག་ ཐེག་དམན་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པའི་  
 འཕགས་རྒྱད་ཀྱི་མཁྱེན་པ། གཞི་ཤེས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། ཐེག་དམན་  
 འཕགས་པའི་རྒྱད་ཀྱི་སེམས་ཅན་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་བྲལ་འདོད་ཀྱི་སྟངས་རྗེ་  
 ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་དམན་  
 འཕགས་པའི་རྒྱད་ཀྱི་མཁྱེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། དེ་ཐེག་  
 དམན་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་མི་གནས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྟངས་རྗེ་དེ་ཐེག་



དམན་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་མི་གནས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གཞན་དོན་བྱེད་  
 པར་འདོད་པའི་སྒོ་དེ་ཐེག་དམན་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་མི་གནས་པའི་ཕྱིར།  
 ཁ་ཅིག་ཉན་ཐོས་ཀྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པའི་འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་མཁྱེན་པ་  
 དང་། ཐེག་དམན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ་གང་རུང་གིས་བསྐྱུས་པའི་འཕགས་  
 རྒྱུད་ཀྱི་མཁྱེན་པ། གཞི་ཤེས་ཀྱི་མཆོད་ཉིད་ཐེར་ན། གཟུགས་སྤྱི་རྩིས་དོན་  
 གྱིས་སྟོང་པ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་ཆོས་ཅན།  
 མཆོད་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོད་བྱ་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་དམན་གྱི་རྟོགས་  
 རིགས་སུ་གནས་པའི་ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་  
 ཐལ། རང་རྒྱལ་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པའི་ཐེག་ ཆེན་འཕགས་པའི་  
 མཁྱེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཉན་ཐོས་ཀྱི་རྟོགས་རིགས་  
 སུ་གནས་པར་ཐལ། འདོད་པ་གང་ཞིག །ཐེག་དམན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ་  
 མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཉན་ཐོས་ཀྱི་རིགས་ཅན་གྱིས། གཟུགས་སྤྱི་  
 རྩིས་དོན་གྱིས་སྟོང་པར་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་གཙོ་བོར་སྒྲིམ་པར་ཐལ།  
 འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེས་སྤྱི་རྩིས་དོན་གྱིས་སྟོང་པའི་སྟོང་ཉིད་གཙོ་  
 བོར་སྒྲིམ་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཉན་ཐོས་དབྱ་བཅོམ་པས་  
 གཟུགས་སྤྱི་རྩིས་དོན་འཛིན་གྱི་རྟོག་པ་སྤངས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར།  
 འདོད་མི་བྱས་ཏེ། རང་རྒྱལ་དབྱ་བཅོམ་པ་དེས་སྤྱི་རྩིས་དོན་འཛིན་གྱི་རྟོགས་

པ་སྤངས་པའི་སྤངས་པ་ཐོབ་པའི་ཆ་ནས། ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་ལས་སྤངས་  
རྟོགས་ལྟག་པར་འཛོག་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འགྲེལ་བ་ལས། རྣམ་པར་ཐར་  
བ་ཅུང་ཟད་ཅམ་ཞིག་གིས་ལྟག་པ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་གཞི་  
ཤེས་ཡིན་ན། རྟོགས་པ་ཉེ་ཆེ་བའི་རིགས་སུ་གནས་པས་བྱུང་བེད་ན། ཐེག་  
དམན་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྱི་རྒྱུ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་  
ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ཐེག་དམན་ཀྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་མི་གནས་པའི་  
ཕྱིར། ཁ་ཅིག་གཞི་ཤེས་ཡིན་ན། མི་རྟག་ལ་སོགས་བཅུ་དྲུག་མངོན་སུམ་དུ་  
རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན། ཉན་ཐོས་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་  
མེད་ལམ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། རང་གི་གཞུང་གྱུར་གྱུར་  
པའི་མི་རྟག་པ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་  
ཕྱིར། འདོད་མི་རྣམས་ཏེ། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་  
སློབ་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་བདག་མེད་མངོན་  
སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་མི་འཐད་པར་  
ཐལ། མི་རྟག་ལ་སོགས་བཅུ་དྲུག་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སློབ་པའི་ཡེ་  
ཤེས་ཡིན་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་གཞི་ཤེས་དེ་སྐབས་གསུམ་པའི་དངོས་  
བསྟན་བསྟན་བྱའི་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་གཞི་ཤེས་མ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་ཡིན་  
པར་ཐལ། ལམ་ཤེས་དེ་སྐབས་གཉིས་པའི་དངོས་བསྟན་བསྟན་བྱའི་གཙོ་

བོར་གྲུར་བའི་ལམ་ཤེས་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་དེ་སྐབས་  
 དང་པོའི་དངོས་བསྟན་བསྟན་བྱའི་གཙོ་བོར་གྲུར་པའི་རྣམ་མཁྱེན་ཡིན་པའི་  
 བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་གང་དང་ཡང་དག་ལྡན་པས། ཞེས་པའི་དངོས་བསྟན་  
 བསྟན་བྱའི་གཙོ་བོར་གྲུར་པའི་རྣམ་མཁྱེན་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་སྐབས་  
 གསུམ་པའི་དངོས་བསྟན་བསྟན་བྱའི་གཙོ་བོར་གྲུར་པའི་གཞི་ཤེས་ཡིན་ན།  
 གཉིན་པོའི་ཕྱོགས་ཀྱི་གཞི་ཤེས་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན། གཞི་ཤེས་ཆོས་  
 ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་དངོས་བསྟན་  
 བསྟན་བྱའི་གཙོ་བོར་གྲུར་པའི་གཞི་ཤེས་གང་ཞིག་མཚུངས་པའི་བྱིར། དང་  
 པོ་དེར་ཐལ། མི་རྟག་ལ་སོགས་བཙུ་བྱུག་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་གཞི་  
 ཤེས་དེ། མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་དངོས་བསྟན་བསྟན་བྱའི་གཙོ་བོ་ཡིན་པའི་  
 བྱིར། དེར་ཐལ། མི་རྟག་ལ་སོགས་བཙུ་བྱུག་པོ་དེ་དེའི་དངོས་བསྟན་བསྟན་  
 བྱའི་གཙོ་བོ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ལྷོང་ཉིད་བཙུ་བྱུག་པོ་དེ་དེའི་དངོས་  
 བསྟན་བསྟན་བྱའི་གཙོ་བོ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ལྷོང་ཉིད་བཙུ་བྱུག་པོ་དེ་  
 ཡུམ་གྱི་མདོའི་དངོས་བསྟན་བསྟན་བྱའི་གཙོ་བོ་ཡིན་པའི་བྱིར། མ་གྲུབ་ན།  
 དེ་དག་མདོ་གང་གི་ཡང་དངོས་བསྟན་བསྟན་བྱའི་གཙོ་བོ་མ་ཡིན་པར་ཐལ་  
 ལོ། །ཁ་ཅིག་སྐབས་གསུམ་པའི་དངོས་བསྟན་བསྟན་བྱའི་གཙོ་བོར་གྲུར་  
 པའི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀྱི་གཞི་ཤེས་མེད་བེད་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། སྐབས་

གསུམ་པས་དེ་དངོས་བསྟན་བསྟན་བྱའི་གཙུག་པོར་བྱས་ནས་བསྟན་པའི་  
བྱིར། དེར་ཐལ། དེས་འབྲས་ཡུམ་ལ་ཉི་ཅིང་གི་གཞི་ཤེས་གཉིས་ཀ་དེ་ལྟར་  
བསྟན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེས་གཞི་ཤེས་མཆོན་བྱེད་ཆོས་དགུ་དེ་ལྟར་  
བསྟན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེས་དེ་ལྟར་སྟོན་པའི་གཞུང་གཅིག་ཡོད་པའི་  
བྱིར། ཁ་ཅིག་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཐེག་དམན་གྱི་གཞི་ཤེས་ཡོད་ཟེར་ན། དེ་  
མེད་པར་ཐལ།      སྐབས་གསུམ་པའི་ལུགས་ལ་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཐེག་  
དམན་པ་མེད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཉེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་གང་། །དེ་  
ཉིད་ཁྱོད་ནི་སྟོང་པར་བཞེད། །ཅེས་པའི་ལུང་འདིས་ཉེན་འབྲེལ་ལ་བདེན་སྟོང་  
གིས་བྱུང་བ་བསྟན་ཡང་།      སྐབས་འདིར་སྟོན་དཔོན་གྱིས་ཉན་རང་ལ་སྟོང་  
ཉིད་རྟོགས་པ་མེད་པར་བཞེད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་བཤད་ལས། ལུང་  
དེས་ཉེན་འབྲེལ་ལ་བདེན་སྟོང་གིས་བྱུང་བ་བསྟན་ཡང་། ཉན་རང་རྣམས་ལ་  
རྟོགས་པ་དེ་མེད་པའི་སྟོན་ནས་ལན་མང་དེད། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། ཐེག་དམན་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་  
པའི་འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་མཁྱེན་པ་དང་།      ཐེག་དམན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ་  
གང་རུང་གིས་བསྐྱས་པའི་འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་མཁྱེན་པ། གཞི་ཤེས་ཀྱི་མཆོན་  
ཉིད།      དེ་ལ་ཡང་རྣམས་སྤྱི་དང་ཉིས་འགོ་བཅད་ན་ལེགས་པར་མངོན་ལ་མི་  
གཙོད་ན་རུང་བད་ཞིབ་ཆ་སྤྱར་དགོས་པའང་ཡོད། གཞི་ཤེས་དེ་ལ་དབྱེ་ན།

མི་མ་ཐུན་སྟོགས་ཀྱི་གཞི་ཤེས་དང་། གཉེན་པོའི་སྟོགས་ཀྱི་གཞི་ཤེས་  
 གཉེས། དང་པོ་དང་། ཐེག་དམན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ་དོན་གཅིག །སྤྱི་མ་  
 དང་ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་གཞི་ཤེས་དོན་གཅིག །མཁས་པ་ཁ་  
 ཅིག་སྐབས་གསུམ་པའི་དངོས་བསྟན་བསྟན་བྱའི་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་གཞི་  
 ཤེས་ལ་དམན་ལམ་སྟོན་དུ་མ་སོང་བའི་ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་  
 གཞི་ཤེས་ཀྱིས་བྱུང་པར་འདོད་ཀྱང་། འདིར་མི་འདོད་དེ། གཞི་ཤེས་སྤྱི་ཙམ་  
 དེ་དང་། མི་རྟག་ལ་སོགས་བཙུ་བྱུག་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་  
 ཡང་སྐབས་གསུམ་པའི་དངོས་བསྟན་བསྟན་བྱའི་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་གཞི་  
 ཤེས་ཡིན་པའི་བྱིར། དང་པོ་བསྒྲུབ་ཅིན་ཅིང་། སྤྱི་མ་ཡང་གྲུབ་སྟེ། མདོ་ལས།  
 གཟུགས་མི་རྟག་པ་ཉིད་དུ་ཡིད་ལ་བྱའོ། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་པའི་མི་  
 རྟག་ལ་སོགས་བཙུ་བྱུག་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ། ལམ་ཤེས་  
 ཉིད་ཀྱི་ཚུ་ལ་ལ་ནི། །འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་དག་གི་།ཞེས་སོགས་ཀྱིས་  
 རྒྱས་པར་བསྟན། དེ་ཉིད་སྐབས་འདིར་རྒྱས་པར་བསྟན་པ་གང་ཞིག མི་རྟག་  
 ལ་སོགས་བཙུ་བྱུག་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ། གཞུང་དེ་དག་གི་  
 སྐབས་ནས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་གཞི་ཤེས་ཡིན་པའི་བྱིར། བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔས་གཞི་ཤེས་བསྒྲོམ་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། མི་རྟག་སྒྲུག་བསྐྱེད་  
 སོགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་སྒྲེས་བྱ་འབྲིང་དང་ཐུན་མོང་གི་བསམ་པ་ལེགས་པར་



སྒྲིང་བ་དང་། གདུལ་བྱ་དམན་པའི་རིགས་ཅན་རྗེས་སུ་བབུང་བའི་ཆེད་དུ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར།

༥ གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྒྲིང་བ་ལ་ཁ་ཅིག མི་རྟག་ལ་སོགས་བཙུ་བྱག་མ་  
རྟགས་པར་ལམ་ཤེས་ཐོབ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། ལམ་ཤེས་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་  
ཡིན་ན། མི་རྟག་ལ་སོགས་བཙུ་བྱག་རྟགས་པས་མ་བྲལ་བའི་ཕྱིར། ཟེར་ན།  
མ་བྲལ། འདོད་མི་བྱས་སོ། ཟེར་ན། སྒྲིང་ཉིད་མ་རྟགས་པར་ཐེག་ཆེན་གྱི་  
མཐོང་ལམ་ཐོབ་པ་སྤྱིད་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་ཐོབ་པའི་གང་  
ཟག་ཡིན་ན། སྒྲིང་ཉིད་རྟགས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པས་མ་བྲལ་བའི་ཕྱིར་ཏེ།  
བྲལ་བ་མཚུངས། མ་གྲུབ་ན། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟགས་  
པའི་བྱང་སེམས་མཐོང་ལམ་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། རྟགས་  
གསལ་སྒྲ། འདོད་མི་བྱས་ཏེ། སྒྲིང་ཉིད་རྟགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲིང་ལམ་  
མ་ཐོབ་པར་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་ཐོབ་མི་སྤྱིད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག སེམས་  
ཅན་སྤྱག་བསྐལ་དང་བྲལ་འདོད་ཀྱི་སྒྲིང་རྗེ་དེ། ཐེག་དམན་གྱི་རྟགས་རིགས་  
སུ་གནས་པར་ཐལ། སྒྲིང་རྗེ་ཐེག་དམན་གྱི་རྟགས་རིགས་སུ་གནས་པའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྒྲིང་རྗེ་གཙོ་བོར་བསྐྱོམ་པའི་ཐེག་དམན་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། སྒྲིང་རྗེ་བསྐྱོམ་པའི་ཐེག་དམན་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་བྲལ།  
ཁ་ཅིག སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་གཞི་ཤེས་ཆོས་ཅན། རང་ལྷགས་

གཞི་ཤེས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཐེག་  
 དམན་ཀྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པའི་འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་མཁྱེན་པ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། འདོད་པ་གང་ཞིག། ཐེག་དམན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ་མ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་རྟོགས་པ་ཉི་ཆེ་བའི་རིགས་སུ་གནས་པར་ཐལ། འདོད་  
 པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་མ་བྱུང་ཟེར་ན། འདོད་མི་རུས་ཏེ། སངས་རྒྱས་འཕགས་  
 པའི་རྒྱུད་ལ་རྟོགས་པ་ཉི་ཆེ་བའི་རིགས་སུ་གནས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་  
 ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་རྟོགས་པ་ཉི་ཆེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་བྱུང་། འོ་ན།  
 དེའི་རྒྱུད་ལ་ཐེག་དམན་ཀྱི་རྟོགས་པ་ཡོད་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་ཐེག་དམན་  
 ཀྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་ཁས། ཁ་ཅིག་སྐབས་  
 གསུམ་པའི་དངོས་བསྟན་བསྟན་བྱའི་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་དམན་ལམ་སྟོན་དུ་  
 སོང་བའི་གཞི་ཤེས་ཡོད་པར་ཐལ། དེའི་དངོས་བསྟན་བསྟན་བྱའི་གཙོ་བོར་  
 གྱུར་པའི་གཞི་ཤེས་ཡིན་ན། དམན་ལམ་སྟོན་མ་སོང་གི་གཞི་ཤེས་ཡིན་  
 པས་མ་བྱུང་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་བྱུང་། མ་གྱུབ་ན། གཞི་ཤེས་ཆོས་ཅན།  
 དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། འཕགས་པ་དེ་ཡང་དམན་ལམ་སྟོན་དུ་མ་  
 སོང་བའི་འཕགས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེའི་རྒྱུད་ལ་  
 དམན་ལམ་སྟོན་དུ་སོང་བའི་ལམ་མེད་པར་ཐལ་ལོ། ཁ་ཅིག་། སྐབས་གསུམ་  
 པའི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་འདུལ་བྱ་ཐེག་དམན་པ་ཡོད་པར་ཐལ། དེའི་བསྟན་བྱའི་

གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཐེག་དམན་གྱི་ལམ་ཡོད་པའི་བྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། མ་  
གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། དེའི་དངོས་བསྟན་བསྟན་པའི་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་མི་  
མཐུན་སྟོགས་ཀྱི་གཞི་ཤེས་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཅུ་བར། མི་མཐུན་  
གཉིན་པོའི་སྟོགས་དག་གི། །རྣམ་པར་དབྱེ་བ་མ་ལུས་པ། །རི་སྐད་བཤད་པ་  
འདིར་ཤེས་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར།

སྤྱི་དུ་ཞི་འི་མཐའ་དང་མཐའ་གཉིས་འགོག་བྱེད་གྱི་ལམ།

༥ གཉིས་པ་གཞུང་གི་དོན་བཤད་པ་ལ་གཉིས། དངོས་དང་མཐུན་  
གསུམ་མཐུག་བསྟུ་པའོ། དང་པོ་ལ་གསུམ་ཉི་རིང་གི་ལམ་བཤད་པ། གཞི་  
ཤེས་ཀྱི་སྦྱོར་བ་བཤད་པ། སྦྱོར་བ་སྒྲིམ་པའི་འབྲས་བུ་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་ལ་གསུམ། ཉི་རིང་གི་རྒྱ་མཚན། རྒྱ་མཚན་དེ་ཉིད་སྦྱབ་པ། མི་  
མཐུན་སྟོགས་དང་། ཉན་པོའི་སྟོགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་ནི། ལྷ་རོལ་པ་རོལ་མཐའ་ལ་མིན། །ཞེས་པ་ནས། ཤེས་རབ་  
པ་རོལ་ཕྱིན་པར་འདོད། །ཅེས་པའི་བར་གསུངས་ཏེ། འདི་ལ་གཉིས། ཆིག་  
དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །

དང་པོ་ནི། གཞི་ཤེས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཆོས་ཅན། །  
ཁྱད་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རྒྱུད་ལ་ཉི་བར་འདོད་པ་ཡིན་  
ཏེ། དུས་གསུམ་གྱི་ཆོས་རྣམས་བདེན་པའི་རང་བཞིན་མེད་པར་མཉམ་པ་

ཉིད་དུ་མངོན་སུམ་དུ་ཤེས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། དེ་ཆོས་ཅན། ཚུ་རོལ་འཁོར་བའི་མཐའ་དང་པ་རོལ་ཞི་བའི་མཐའ་ལ་  
 གནས་པ་མིན་ཏེ། མཐའ་དེ་གཉིས་འགོག་བྱེད་ཀྱི་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་  
 ཆོས་ཅན། མཐའ་དེ་དག་གི་བར་ན་དོན་དམ་པར་མི་གནས་པ་ཡིན་ཏེ། ལྷོང་  
 ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་  
 ཡང་འགྲེལ་བ་ལས། དུས་གསུམ་པའི་ཆོས་རྣམས་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་རྣམ་པར་  
 མཉམ་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་པས། །ཞེས་པ་ནས། སྲིད་པ་དང་ཞི་བ་ལ་མི་གནས་  
 པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། རྩ་འགྲེལ་དེ་དག་  
 མདོ་གང་ལས་འཕྲོས་པ་ཡོད་དེ། གཞུང་སྤྱི་ཕྱི་འོ་རིམ་འགྲེལ་ཆགས་པའི་  
 དབང་དུ་བྱས་ན། འགྲེལ་བ་རྩ་བ་དང་། རྩ་བ་མདོ་ལས་འཕྲོས་ཤིང་། དེ་  
 གཉིས་ཀ་ཡང་མདོ་ལས། བཅོམ་ལྡན་འདས་བྱང་ཆེན་རྣམས་ཀྱི་ཤེར་ཕྱིན་  
 བྱི། པ་རོལ་གྱི་མཐའ་མ་ལགས་ཚུལ་རོལ་གྱི་མཐའ་མ་ལགས། གཉིས་ཀའི་  
 བར་ན་ཡང་མི་གནས་ལགས། སྟོ། །བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་བཀའ་སྩལ་པ།  
 རབ་འབྱོར་ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་དག་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་སོགས་དང་། རབ་  
 འབྱོར་དུས་གསུམ་གྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་  
 སོགས་ལས་འདས་པའི་ཕྱིར། འདི་བྱང་ཆེན་དང་ཤེར་ཆོག་སྤྱད་བྱས་པ་དང་  
 ལུང་ཡང་ཅུང་ཟད་མི་འདྲ་བ་ཡོད་ཀྱང་དོན་འདྲའོ།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག ཏུས་  
 གསུམ་བདེན་སྟོང་དུ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ན། སངས་  
 རྒྱུས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རྒྱད་ལ་ཉེ་བས་བྱུང་པར་ཐལ། བྱིད་གྱི་  
 སྒྲོར་བ་འཐད་པའི་བྱིར། ཟེར་ན། སྒྲོན་མེད་དེ། དེ་ནི་གཞུང་དོན་དོན་ཐོབ་ལ་  
 འཆད་ཚུལ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་གྱི། ཚུད་པའི་ཆེད་དུང་ཞིབ་ཆ་སྒྱུར་  
 བར་བྱ་དགོས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག ཤེས་རབ་པ་རོལ་བྱིན་པར་འདོད། །ཅས་  
 པའི་སྐབས་ནས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཤེས་བྱིན་དེ་འབྲས་བུ་ཤེས་བྱིན་ལ་  
 བྱེད་པ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ལམ་ཤེས་བྱིན་ལ་བྱེད་རིགས་  
 པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་བཤད་ལས། ལམ་ཤེས་བྱིན་འདི་ལ་མི་རྟག་སོགས་  
 རྟོགས་ཤེས་རབ་དང་། ཞེས་གསུང་པའི་བྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་ལམ་ཤེས་  
 བྱིན་ལ་བྱེད་པར་ཐལ། མདོ་ལས། བཅོམ་ལྷན་འདས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
 སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ནི། པ་རོལ་  
 ཀྱི་མཐའ་ལགས། །ཚུལ་རོལ་གྱི་མཐའ་མ་ལགས། གཞིས་ཀའི་བར་ན་ཡང་  
 མི་གནས་པ་ལགས་སོ། །ཞེས་པའི་སྐབས་ནས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཤེས་  
 བྱིན་དེ་ལམ་ཤེས་བྱིན་ལ་བྱེད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
 རྣམས་ཀྱི་ཞེས་གསུངས་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག སྤྱིད་མཐའ་  
 འགོག་བྱེད་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པའི་ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་



བ་ལ། ཤེས་པས་སྤྱད་ལ་མི་གནས་པའི་གཞི་ཤེས་ཀྱི་ཐ་སྙད་དང་། ཞི་མཐའ་  
འགོག་བྱེད་ཀྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པའི་ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་  
བ་ལ། སྤྱང་རྩེས་ཞི་ལ་མི་གནས་པའི་གཞི་ཤེས་ཀྱི་ཐ་སྙད་བྱེད་དོ། །ཟེར་ན།  
དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ལྟ་བུའི་ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ་གཉིས་ལ་  
རིམ་པ་བཞིན་དུ་ཤེས་པས་སྤྱད་ལ་མི་གནས་པའི་ལམ་ཤེས་དང་། སྤྱང་  
རྩེས་ཞི་ལ་མི་གནས་པའི་ལམ་ཤེས་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་བྱེད་རིགས་ཀྱི་དེ་ལྟར་  
བུའི་གཞི་ཤེས་ཞེས་ཐ་སྙད་བྱེད་པར་མི་རིགས་པའི་བྱིར། བྱི་མ་དེར་ཐལ།  
རྣམ་བཞད་ལས། མཆོན་བུའི་དོན་གཉིས་པོ་ལམ་ཤེས་ཀྱི་བྱེད་པར་ཡིན་  
པས་སྤྱང་རྩེས་ཞི་ལ་མི་གནས་པའི་གཞི་ཤེས་ཞེས་ཟེར་བ་ནི་ཐ་སྙད་ལོག་  
པར་སྐྱར་བའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་མཁྱེན་པ་དེ་གཉིས་གང་  
རུང་ཡིན་ན། གཞི་ཤེས་ཀྱི་ཐ་སྙད་མི་བྱེད་པས་བྱུང་བེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་  
ཐལ། ཤེས་པས་སྤྱད་ལ་མི་གནས་པའི་ལམ་ཤེས་ཡིན་ན། གཞི་ཤེས་ཡིན་  
དགོས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་སྤྱད་མཐའ་དང་ཞི་མཐའི་གཞི་མཐུན་པ་ཡོད་ཟེར་  
ན། འོ་ན། འཁོར་བ་ཡང་ཡིན་མུང་འདས་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་ཡོད་  
པར་ཐལ། བྱིན་ཀྱི་དམ་བཅའ་འཐད་པའི་བྱིར། བྱུང་སྟེ། སྤྱད་མཐའ་ཡིན་ན།  
འཁོར་བ་ཡིན་དགོས། ཞི་མཐའ་ཡིན་ན་དམན་པའི་མུང་འདས་ཡིན་དགོས་  
པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། མུང་འདས་ཡིན་ན། འཁོར་བ་སྤངས་པའི་མུང་

འདས་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་སྤྱི་མཐའ་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་  
དང་ཞི་མཐའ་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་གི་གཞི་མཐུན་ཡོད་ཟེར་ན། དེ་མེད་  
པར་ཐལ། སྤྱི་མཐའ་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། འཁོར་བ་ལ་གནས་  
པས་བྱུང། ཞི་མཐའ་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། བྱང་འདས་ཐོབ་པས་  
བྱུང་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་བྱང་སེམས་ལམ་ལ་སྟོས་པའི་སྤྱི་མཐའ་ལ་གནས་  
པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། སྤྱི་མཐའ་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པས་བྱུང།  
དེ་ལ་སྟོས་པའི་ཞི་མཐའ་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། ཞི་མཐའ་ལ་གནས་  
པའི་གང་ཟག་ཡིན་པས་བྱུང་ཟེར་ན། དང་པོ་ལ་ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པ་ཆོས་  
ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་དམན་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་ན།  
དེ་ཆོས་ཅན། འཁོར་བ་ལ་གནས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་  
སོ། །གཞན་ཡང་། ཉན་ཐོས་ཆོགས་ལམ་པ་ཆོས་ཅན། བྱི་མ་དེར་ཐལ། དེའི་  
བྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་དམན་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་ན། ཆད་པའི་བྱང་  
འདས་ལ་གནས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། དག་བཅོམ་པ་ཡིན་  
པར་ཐལ་ལོ། །ཁ་ཅིག་ འདིར་བསྟན་སྤྱི་མཐའ་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་ལ།  
སྤྱི་མཐའ་ལ་གནས་པས་བྱུང། འདིར་བསྟན་ཞི་མཐའ་ལ་གནས་པའི་གང་  
ཟག་ལ། ཞི་མཐའ་ལ་གནས་པས་བྱུང་ཟེར་ན་དང་། ཡང་ཐེག་ཆེན་ལམ་ལ་  
སྟོས་པའི་སྤྱི་མཐའ་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་སོ་སོ་ལ། སྤྱི་མཐའ་ལ་

ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་སོ་སོས་བྱབ་ཟེར་ན། སྒྱོན་སྒྲར་བཞིན་འཕེན་ནོ། །ཁ་  
 ཅིག་། འདྲིར་བསྟན་སྲིད་མཐའ་ལ། སྲིད་མཐས་བྱལ། འདྲིར་བསྟན་ཞི་མཐའ་  
 ལ། ཞི་མཐས་བྱབ་ཟེར་ན། དང་པོ་ལ། འཁོར་བར་སྐྱེ་བ་ལེན་པ་མཐའ་གཅིག་  
 ཏུ་དོར་བྱར་འཛིན་པའི་སློ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། ཏྲགས་གསལ་སྒྲ།  
 ཕྱི་མ་ལ། ལས་ཉོན་གྱིས་འཁོར་བར་སྐྱེ་བ་ལེན་པ་ཆད་ཅམ་གྱི་ཟུང་འདས་  
 ཐོབ་བྱའི་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་དོན་དུ་གཉིར་བའི་སློ་ཆོས་ཅན། ཞི་མཐའ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། འདྲིར་བསྟན་ཞི་མཐའ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཟུང་འདས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འདུས་  
 བྱས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ འགྲེལ་བ་ལས། ཏྲག་པ་དང་ཆད་པའི་མཆོན་  
 ཉིད་དང་། ཞེས་པའི་དངོས་བསྟན་གྱི་ཏྲག་མཐའ་ལ། ཏྲག་མཐས་བྱལ། དེའི་  
 དངོས་བསྟན་གྱིས་ཆད་མཐའ་ལ། ཆད་མཐས་བྱབ་ཟེར་ན། ལས་ཉོན་གྱི་  
 དབང་གིས་འཁོར་བར་ཉིང་མཆོམས་སྒྱུར་བའི་ཆ་ཆོས་ཅན། ཏྲག་མཐའ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་དངོས་བསྟན་གྱི་ཏྲག་མཐའ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 ཏྲག་པ་དང་ཞེས་པའི་དངོས་བསྟན་གྱི་ཏྲག་མཐའ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན།  
 ཁྱོད་རྒྱུད་ལྡན་གྱི་གང་ཟག་མེད་པར་ཐལ་ལོ། །གཞན་ཡང་། ཉན་ཐོས་གྱི་  
 ལྷག་མེད་ཟུང་འདས་ཆོས་ཅན། ཆད་མཐའ་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་དངོས་  
 བསྟན་གྱི་ཆད་མཐའ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆད་པའི་མཆོན་ཉིད་དང་

ཞེས་པའི་དངོས་བསྟན་གྱི་ཆད་མཐའ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཉན་ཐོས་གྱི་  
ལྷག་མེད་མུང་འདས་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཡོད་པའི་བྱིར། ཁ་  
ཅིག་འཁོར་བར་སྐྱེ་བ་ལེན་པ་དེ། འདིར་བསྟན་སྤྱིད་མཐའ་དང་། མུང་འདས་  
དེ་འདིར་བསྟན་ཞི་མཐའ་ཡིན་ཟེར་ན། དང་པོ་དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ་དེར་གྱུར་  
བའི་གང་ཟག་ཡོད་པའི་བྱིར། བྱི་མ་དེ་ཡང་མི་འཐད་པར་ཐལ། མུང་འདས་  
ལ་གནས་པའི་ཐེག་ཆེན་པ་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ལ་གནས་པའི་  
སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཡོད་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་སྤྱིད་མཐའ་ཡིན་ན། འཁོར་  
བའི་མཐའ་ཡིན་པས་བྱུང་ཟེར་བ་དང་། ཡང་མུང་འདས་ཡིན་ན། འཁོར་བའི་  
མཐའ་ཡིན་པས་བྱུང་ཟེར་ན། དང་པོ་ལ་འཁོར་བ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་  
བྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ།  
འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་རྒྱུད་ལ་ཁྱོད་ཡོད་པའི་བྱིར། བྱི་མ་ལ།  
མི་གནས་པའི་མུང་འདས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། འདོད་ན། དེ་མི་  
འཐད་པར་ཐལ། འཁོར་བའི་མཐའ་ལས་གྲོལ་བའི་མུང་འདས་ཡིན་པའི་བྱིར།  
དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་དེ་འཁོར་བའི་མཐའ་ལས་གྲོལ་བའི་གང་  
ཟག་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། འཁོར་བའི་པ་རོལ་མཐར་སོན་པ། །ཞེས་  
གསུངས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་དོན་དམ་ལ་སྟོས་པའི་ཞི་མཐའ་ཡོད་ཟེར་ན། དེ་  
མི་འཐད་པར་ཐལ། སྤྱིད་ཞི་བདེན་པར་གྱུབ་པ་མེད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ།

སྲིད་ཞི་གཉིས་བདེན་སྟོང་དུ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཅ་བར། སྲིད་  
 དང་ཞི་བ་མཉམ་ཉིད་དང་། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག ལས་ཉོན་གྱི་  
 དང་གིས་འཁོར་བར་སྐྱེ་བ་ལེན་པ་དོར་བྱར་འཇིན་པའི་སློ་དེ། བྱང་སེམས་  
 ལམ་ལ་ལྷོས་པའི་སྲིད་མཐའ་དང་། ཆད་པའི་མྱང་འདས་སྤང་བྱར་འཇིན་པའི་  
 སློ་དེ། བྱང་སེམས་ལམ་ལ་ལྷོས་པའི་ཞི་མཐའ་ཡིན་ཟེར་ན། དང་པོ་དེ་མི་  
 འཐད་པར་ཐལ། དེ་འབྲེལ་སློ་རྒྱུད་ལྡན་གྱི་བྱང་འཕགས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་  
 ཐལ། ལས་ཉོན་གྱི་དབང་གིས་འཁོར་བར་སྐྱེ་བ་ལེན་པ་དོར་བྱ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། ལས་ཉོན་གྱི་དབང་གིས་སྐྱེ་བ་ལེན་པ་དོར་བྱ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། ཕྱི་མ་དེ་ཡང་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཆད་པའི་མྱང་འདས་སྤང་བྱར་འཇིན་  
 པའི་སློ་རྒྱུད་ལྡན་གྱི་བྱང་འཕགས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་སྤང་བྱ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཐོབ་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཐོབ་  
 བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐར་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མྱང་འདས་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། ཁ་ཅིག དམན་པའི་མྱང་འདས་ཡིན་ན། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་  
 པའི་ཞི་མཐའ་ཡིན་པས་བྱུང་ཟེར་ན། རང་རྒྱལ་དགྲ་བཅོམ་པའི་རྒྱུད་གྱི་མྱང་  
 འདས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ།  
 སྐབས་འདིར་ཉན་ཐོས་གྱི་མྱང་འདས་དེ་ཞི་མཐའ་དངོས་སུ་བསྟན་པས་རང་  
 རྒྱལ་གྱི་མྱང་འདས་དེ་ཤྲགས་ལ་བསྟན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག ཞི་མཐའ་ཡིན་ན།



ལས་ཉོན་གྱི་དབང་གིས་སྤྱི་བ་ལེན་པ་ཆད་ཅམ་གྱི་མྱང་འདས་ཡིན་པས་  
ཁྱབ་ཟེར་ན། རང་རྒྱལ་དབྱ་བཅོམ་པའི་རྒྱུད་གྱི་མྱང་འདས་ཆོས་ཅན། དེར་  
ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཆད་པའི་མྱང་འདས་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ།  
དམན་པའི་མྱང་འདས་ཡིན་པའི་བྱིར། འདིར་མ་ཁྱབ་གསུང་བ་མང་དུ་སྒྲང་  
ངོ། །འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཉོན་མོངས་སྤངས་ཅམ་གྱིས་བཞག་པའི་མྱང་  
འདས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། བྱི་རོལ་དོན་འཛིན་  
གྱི་རྟོག་པ་སྤངས་པའི་མྱང་འདས་ཡིན་པའི་བྱིར།

༥ རང་ལུགས་ལ། གཞི་ཀུན་རྫོབ་ལ་ལྟོས་པའི་སྤྱི་མཐའ་འགོག་བྱེད་  
གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པའི་ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ། ཞེས་  
པས་སྤྱི་ལ་མི་གནས་པའི་ལམ་ཞེས་གྱི་མཆོན་ཉིད། གཞི་ཀུན་རྫོབ་ལ་  
ལྟོས་པའི་ཞི་མཐའ་འགོག་བྱེད་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པའི་ཐེག་ཆེན་  
འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ། སྤྱི་རྗེས་ཞི་ལ་མི་གནས་པའི་ལམ་ཞེས་གྱི་མཆོན་  
ཉིད། དང་པོ་ནི། བྱང་སེམས་མཐོང་ལམ་པའི་རྒྱུད་གྱི་མི་རྟག་ལ་སོགས་བཅུ་  
དྲུག་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཞེས་ལྟ་བུ། བྱི་མ་ནི། དེའི་རྒྱུད་གྱི་ལྷག་  
བསམ་རྣམ་དག་ལྟ་བུའོ། །གཞི་ཀུན་རྫོབ་ལ་ལྟོས་པའི་སྤྱི་མཐའ་དང་། སྤྱི་  
མཐའ། འཁོར་བ་གསུམ་དོན་གཅིག། གཞི་ཀུན་རྫོབ་ལ་ལྟོས་པའི་ཞི་མཐའ་  
དང་། ཞི་མཐའ། ཆད་པའི་མྱང་འདས་གསུམ་དོན་གཅིག། འདིར་བསྟན་བྱང་

སེམས་ལམ་ལ་ལྟོས་པའི་སྲིད་ཞི་གཉིས་གི་མཐའ་བྱད་པར་ཡོད་དེ། འཁོར་  
 བར་སྐྱེ་བ་ལེན་པ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་དོར་བྱར་འཛིན་པའི་སྒོ་དེ། དེ་ལ་ལྟོས་  
 པའི་སྲིད་མཐའ་དང་། འཁོར་བར་སྐྱེ་བ་ལེན་པ་ཆད་ཅམ་གི་སྤང་འདས་ཐོབ་  
 བྱའི་གཙུ་བོར་བྱས་ནས་དོན་དུ་གཉིར་བའི་སྒོ་དེ། དེ་ལ་ལྟོས་པའི་ཞི་མཐའ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། དོན་དམ་ལ་ལྟོས་པའི་སྲིད་ཞིའི་མཐའ་མེད་ཀྱང་། འཁོར་བ་  
 བདེན་གྱུ་བ་དོན་དམ་ལ་ལྟོས་པའི་སྲིད་མཐའ་དང་། སྤང་འདས་བདེན་གྱུ་བ་དེ་  
 ལ་ལྟོས་པའི་ཞི་མཐའ་ཡིན་ནོ། །ལས་ཉོན་གི་དབང་གིས་འཁོར་བར་རང་  
 དབང་མེད་པར་སྐྱེ་བ་ལེན་པའི་ཆ་དེ་འདིར་བསྟན་ཏྲག་མཐའ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་  
 ཏྲག་མཐའ་ཞེས་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། དེ་ལྟར་སྐྱེ་བ་སྤངས་ན་འཁོར་  
 བར་རྒྱན་རིང་དུ་གནས་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གིས་དེ་ལྟར་བཤད་པའི་ཕྱིར།  
 དམན་པའི་སྤང་འདས་དེ་འདིར་བསྟན་ཆད་མཐའ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་ཆད་མཐའ་  
 ཞེས་མིང་གིས་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། ལས་ཉོན་གིས་སྐྱེ་བ་ལེན་པ་  
 ཆད་ཅམ་གི་རིགས་སུ་གནས་པའི་སྤང་འདས་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གིས་དེ་  
 ལྟར་བཤད་པའི་ཕྱིར། ཉན་ཐོས་མཐོང་ལམ་པ་ལྟ་བུ་ལ་འདིར་བསྟན་སྲིད་  
 མཐའ་ལ་གནས་པ་ཞེས་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། དེས་ལས་ཉོན་གི་  
 དབང་གིས་འཁོར་བར་སྐྱེ་བ་ལེན་པ་ལ་སྐྱོན་དུ་ལྟ་བར་མ་བཟད། འཁོར་བར་  
 སྐྱེ་བ་ལེན་པ་རྣམས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་དོར་བྱར་འཛིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ལ་འདིར་

བསྟན་ཞི་མཐའ་ལ་གནས་ཞེས་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། ལས་ཉོན་གྱི་  
དབང་གིས་འཁོར་བར་སྐྱེ་བ་ལེན་པ་ཆད་པ་ཙམ་གྱིས་བྱང་འདས་ཐོབ་བྱའི་  
གཙོ་བོར་བྱེད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་དེ་ལྟར་བཤད་པའི་བྱིར། བྱང་སེམས་  
འཕགས་པ་ཆོས་ཅན། བྱོད་ལ་འདིར་བསྟན་སྲིད་ཞིའི་མཐའ་མི་གནས་སོ་  
ཞེས་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། ལས་ཉོན་གྱི་དབང་གིས་འཁོར་བར་སྐྱེ་  
བ་མི་ལེན་ཞིང་། འཁོར་བར་སྐྱེ་བ་ལེན་པའི་རྒྱ་བཙེ་བ་སྦྱང་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་  
ཡང་ལྟན། དེར་སྐྱེ་བ་སྤངས་ནས་གཞན་དོན་སྦྱབ་པའི་ཐབས་ལ་མཁས་པའི་  
ཤེས་རབ་བྱང་པར་ཅན་དང་ལྟན་པའི་བྱིར། འདིར་རྣམ་བཤད་སོགས་ནས་  
བྱང་འཕགས་འཁོར་བར་སྐྱེ་བ་ལེན་པའི་རྒྱ་བཙེ་བ་སྦྱང་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་ལྟན་  
ལ། ཉན་རང་དེ་ལྟ་བུའི་སྦྱང་རྗེ་དང་བྲལ་བར་བཤད་པ་ལྟར་ན། བྱང་འཕགས་  
འཁོར་བར་སྐྱེ་བ་ལེན་པ་ཡོད་པར་འགྱུར་ལ། འོན་ཀྱང་ཁ་ཅིག་གིས་དེ་ནི་  
འཁོར་བའི་གནས་སུ་སྐྱེ་བ་ལེན་པ་ལ་དགོངས་ཀྱི། འཁོར་བར་སྐྱེ་བ་ལེན་པ་  
དངོས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། བྱང་འཕགས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་འཁོར་བ་མེད་པའི་བྱིར་གསུང་།  
དེའི་རྒྱུད་ལ་སྦྱག་བདེན་མེད་པའི་བྱིར་གསུང་།

༥ གསུམ་པ་ཅོད་པ་སྤྱོད་བཤུགས་ལ། ཁ་ཅིག་ བྱང་འཕགས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སྦྱང་  
ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཆོས་ཅན། ཤེས་པས་སྲིད་ལ་མི་གནས་པའི་ལམ་  
ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། རང་ལུགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། གཞི་

ཀུན་རྫོབ་ལ་ལྟོས་པའི་སྲིད་མཐའ་འགོག་བྱེད་ཀྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པ་  
 གང་ཞིག་ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ།  
 གཞི་ཀུན་རྫོབ་ལ་ལྟོས་པའི་སྲིད་མཐའ་འགོག་བྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན།  
 མ་ཁྲལ། མ་གྲུབ་ན་དེར་ཐལ། སྲིད་མཐའ་འགོག་བྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་  
 ཐལ། འཁོར་བ་འགོག་བྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གང་ཟག་གི་བདག་  
 འཛིན་འགོག་བྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་སྤྱོད་བྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 འདོད་མི་རུས་སོ། །བྱས་པ་ལ་ཁོ་ན་རེ། དེ་ཆོས་ཅན། ཞེས་པས་སྲིད་ལ་མི་  
 གནས་པའི་ལམ་ཞེས་ཡིན་པར་ཐལ། སྲིད་མཐའ་ལ་མི་གནས་པའི་ལམ་  
 ཞེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲལ། མ་གྲུབ་ན་དེར་ཐལ། ལམ་ཞེས་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་སྟེ། ཚུ་རོལ་པ་རོལ་མཐའ་ལ་མིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
 ཟེར་ན། དེ་ཆོས་ཅན། གཞི་ཞེས་ཡིན་པར་ཐལ། གཞི་ཞེས་པའི་ཞེར་ཕྱིན་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་པ་ཁས། འདོད་མི་རུས་ཏེ། སྤྱོད་ཉིད་རྟོགས་པའི་སེམས་  
 དཔའི་ཡེ་ཞེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་རྟག་ཆད་ཀྱི་མཐའ་རྒྱད་ལྡན་གྱི་གང་  
 ཟག་ཡོད་པར་ཐལ། འདིར་བསྟན་རྟག་ཆད་ཀྱི་མཐའ་རྒྱད་ལྡན་གྱི་གང་ཟག་  
 ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲལ། འདོད་ན། རྟག་ཆད་ཀྱི་མཐའ་ཆོས་ཅན།  
 ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱད་ལྡན་གྱི་གང་ཟག་མེད་པར་ཐལ། ཁྱོད་མེད་པའི་ཕྱིར། བྱས་པ་  
 ལ། ཁོ་ན་རེ། དེ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་མེད་པར་ཐལ། ཁྱོད་

མེད་པའི་སྤྱིར་བེད་ན། རེ་ཞིག་མ་ཁྲབ། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། ཏྲག་ཆད་ཀྱི་མཐའ་  
 ལ་གནས་པའི་རང་སྡེ་དང་གཞན་སྡེ་གཉིས་ཀ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། ཁ་ཅིག་། སྤྱིད་  
 ཞི་གཉིས་ཀའི་མཐའ་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་གི་གཞི་མ་ཐུན་ཡོད་པར་ཐལ།  
 འདིར་བསྟན་སྤྱིད་ཞི་གཉིས་ཀའི་མཐའ་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་གི་གཞི་  
 མ་ཐུན་ཡོད་པའི་སྤྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། མ་གྲུབ་ན་དེར་ཐལ། ཐེག་དམན་པ་  
 ཡིན་ན་དེ་ལྟར་ཡིན་དགོས་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། འབྲེལ་པ་ལས། དངོས་སོ་  
 དང་དངོས་སོ་མེད་པར་དམིགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་འཁོར་བ་དང་མྱ་ངན་ལས་  
 འདས་པ་ལ་གནས་པ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར།  
 ཁ་ཅིག་། འཁོར་བར་སྐྱེ་བ་ལེན་པ་ཆད་པ་ཙམ་གྱི་མྱང་འདས་ཐོབ་བྱའི་གཙོ་  
 བོར་བྱས་ནས་དོན་དུ་གཉེར་བའི་སྣོད་དེ། བྱང་སེམས་ལམ་ལ་ལྟོས་པའི་ཞི་  
 མཐའ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འབྲེལ་སྤྱི་མེད་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། དེ་འབྲེལ་མྱང་  
 འདས་མེད་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། མྱང་འདས་ཡིན་ན། འཁོར་བར་སྐྱེ་བ་ལེན་  
 པ་ཆད་ཙམ་དུ་མ་ཟད། ཉོན་སྐྱབ་མ་ལུས་པར་སྤངས་པས་ཁྲབ་པའི་སྤྱིར།  
 ཟེར་ན། སྐྱོན་མེད་དེ། དེའི་ཙམ་སྤྱས་ཤེས་སྐྱབ་ཕྱ་རག་ཅི་རིགས་སྤངས་པ་  
 གཙོད་ཀྱི། ཉོན་མོངས་སྤངས་པ་མི་གཙོད་པའི་སྤྱིར། ཁ་ཅིག་། ཆད་པའི་མྱང་  
 འདས་དེ་སྤང་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་བྱང་སེམས་ལམ་ལ་ལྟོས་ཏེ་སྤང་བྱ་ཡིན་  
 པའི་སྤྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། དེ་དེ་ལ་ལྟོས་ཏེ་ལྟོག་བྱ་



ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རང་ཉིད་གཅིག་ཕྱུ་ཞི་བདེ་དོན་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོ་དེ་  
 བྱང་སེམས་ལམ་ལ་སྟོས་ཏེ་སྟོག་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་སོ། །ཁ་  
 ཅིག་ཆད་པའི་བྱང་འདས་དེ་བྱང་སེམས་ལམ་གྱི་སྤང་བྱར་རྟོགས་པར་ཐལ།  
 དེ་བྱང་སེམས་ལམ་གྱི་སྤང་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་བྱང་སེམས་ལམ་  
 ཀྱི་སྤང་བྱར་རྟོགས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། རྒྱག་སྤྱོད་  
 སྟོས་པ་དང་། བྱེད་སྤྱོད་སྟོས་པ་ལ་ཁྲད་པར་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ལའོར་བ་  
 ཡིན་ན། སྤང་བྱ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། ལའོར་བ་སྤང་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་  
 ན། མ་ཁྲབ། འདོད་ན། སོ་སའི་སྐྱེ་བའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཆོས་ལྡན་གྱི་མིར་ཉིང་  
 མཆམས་སྐྱོར་བའི་ཆ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། རྟགས་སྤྱོད་ འདོད་མི་  
 རྒྱས་ཏེ། ཆོས་ལྡན་གྱི་མིར་སྐྱེ་བ་ལེན་པ་སྤང་བྱ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་  
 ཐེག་དམན་སྟོབ་པ་ཡིན་ན། སྤིང་མཐའ་ལ་གནས་པས་ཁྲབ་པར་ཐལ། ཐེག་  
 དམན་དག་བཅོམ་པ་ཡིན་ན། ཞི་མཐའ་ལ་གནས་པས་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར། ཟེར་  
 ན། མ་ཁྲབ། འདོད་ན། ཐེག་དམན་དག་བཅོམ་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་ཁ་མའི་ཉན་  
 ཐོས་སྟོབ་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ལའོར་  
 བ་ལ་གནས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ལས་ཉོན་གྱི་དབང་གིས་  
 སྐྱེ་བ་ལེན་པའི་ཆ་ལ་གནས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ལས་ཉོན་  
 ཀྱི་དབང་གིས་སྐྱེ་བ་ལེན་པར་ཐལ་ལོ། །འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། དེའི་དབང་གིས་

སྤྱི་བ་ལེན་པ་དང་བྲལ་བའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། ཉན་མོངས་དང་བྲལ་བའི་སྤྱིར།  
དེར་ཐལ། ཉན་མོངས་ཀྱི་དངོས་གཉེན་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་སྤྱིར།

འབྲས་ལྷུང་ལ་ཉེ་རིང་གི་གཞི་ཞེས།

༥ གཉིས་པ་ཉེ་རིང་གི་རྒྱ་མཚན་དེ་ཉིད་སྐྱབ་པ་ནི། དེ་ནི་མཚན་མར་  
དམིགས་སྒྲོན་ས། །ཞེས་པ་ནས། ཡང་དག་ཉེ་བ་ཉིད་དུ་བཤད། །ཅེས་པའི་  
བར་གསུངས། དེའི་དོན་ནི་འབྲེལ་བ་ལས། རྒྱ་མ་མཁན་གྱིས་སྐྱལ་བའི་  
དངོས་པོ་སྒྲུང་བ་ལ་དེའི་རང་གི་ངོ་བོ་མ་ཞེས་པས། །ཞེས་པ་ནས། ཐབས་  
གྱིས་ནི་མི་རིང་བ་ཉིད་ཡིན་ལོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས། །ཞེས་བྱ་ཆོས་ཅན།  
དེ་དག་གང་ལས་འཕྲོས་པ་ཡོད་དེ། མདོ་ལས། བཅོམ་ལྡན་འདས་གལ་ཏེ་  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཐེག་པ་པའི་རིགས་ཀྱི་བྱམས་རིགས་ཀྱི་བྱ་མོ་ཐབས་  
མི་མཁས་པས་ཞེར་སྤྱོད་ལ་དམིགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཞེས་པར་བགྱིད་ན།  
ཞེར་སྤྱོད་འདི་འདོར་བར་འགྱུར་བར་བྱེད་པར་འགྱུར། །ཞེས་སོགས་དང་།  
བཅོམ་ལྡན་འདས་ཞེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་སྤྱོད་པ་འདི་ལེགས་པར་བཤད་པ་  
དང་ལེགས་པར་མཐར་སྤྱོད་པའི་བར་ནི་ངོ་མཚར་ཆེའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་  
ལས་འཕྲོས་པའི་སྤྱིར། འདིའི་སྐབས་སུ་ཅ་བའི་ཆོག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་  
པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། ཉན་རང་འཕགས་པ་ཆོས་ཅན། གཞི་ཞེས་པའི་  
ཞེར་སྤྱོད་དེ་ནི་ཁྱོད་ལ་རིང་བ་ཡིན་ཏེ། ཁྱོད་གཞི་བདེན་པར་མཚན་མར་

དམིགས་པ་སྟེ་བརྩུང་བའི་སྟོན་ས་འབྲས་ཡུམ་བསྐྱེད་པའི་ཐབས་མ་ཡིན་  
པས་ཟེན་པའི་ཕྱིར། བྱང་སེམས་འཕགས་པ་ཆོས་ཅན། ཤེར་ཕྱིན་དེ་ནི་ཁྱོད་  
ལ་ཡང་དག་ཉི་བ་ཉིད་དུ་བཤད་པ་ཡིན་ཏེ། འབྲས་ཡུམ་བསྐྱེད་པའི་ཐབས་ལ་  
མཁས་པ་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པ་ཡིས་ཟེན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ་ཁ་ཅིག། ཐབས་  
ཤེས་གང་རུང་དང་བྲལ་ཞིང་བདེན་འཛིན་གྱིས་བཏིངས་པའི་ཐེག་དམན་  
འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ། འབྲས་ཡུམ་ལ་རིང་བའི་གཞི་ཤེས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད།  
ཐབས་ཤེས་གང་རུང་དང་མེ་བྲལ་ཞིང་། བདེན་འཛིན་གྱིས་མ་བཅིངས་པའི་  
ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ། འབྲས་ཡུམ་ལ་ཉི་བའི་གཞི་ཤེས་ཀྱི་  
མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། ཉན་ཐོས་ཀྱི་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཆོས་ཅན།  
མཆོན་ཉིད་དང་པོ་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དང་པོ་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་  
དམན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཐབས་ཤེས་གང་  
རུང་དང་བྲལ་བར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། བདག་མེད་  
རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་ལ་སངས་རྒྱས་འཕགས་  
པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ། མཆོན་  
ཉིད་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
འདོད་ན་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་

པའི་ཕྱིར། བྱམ་སྟེ། དེ་ཡིན་ན། གཞི་ཤེས་མ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་།  
འབྲས་ཡུམ་སྐྱབ་པའི་ཐབས་ཤེས་བྱུང་པར་ཅན་གང་རུང་གིས་ཟིན་པའི་  
གཞི་ཤེས་ཡིན་ན། འབྲས་ཡུམ་ལ་ཉེ་བའི་གཞི་ཤེས་ཡིན་པས་བྱམ་ཟེར་ན།  
བྱང་སེམས་སྦྱོར་ལམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་གཞི་ཤེས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱིས་ཟིན་པའི་གཞི་ཤེས་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་  
ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་ཅིག་དེ་མེད་ཟེར་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། ཉན་ཐོས་  
དག་བཙུམ་པའི་རྟོགས་པ་སྒྲོན་དུ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་སྦྱོར་ལམ་པ་ཡོད་  
པའི་ཕྱིར། ཉགས་སྒྲ། ཁ་ཅིག་གཟུགས་སོགས་ཀྱི་ཆོས་ལ་བདེན་པར་འཇིན་  
པའི་གཞི་ཤེས་ཡོད་ཟེར་ན། དེ་མེད་པར་ཐལ། བདེན་འཇིན་དུ་གྱུར་པའི་  
གཞི་ཤེས་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བདེན་འཇིན་དུ་གྱུར་པའི་མཁྱེན་པ་  
མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ལོག་ཤེས་སུ་གྱུར་པའི་མཁྱེན་པ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
ཁ་ཅིག་ འབྲས་ཡུམ་ལ་ཉེ་ལམ་དུ་གྱུར་པའི་གཞི་ཤེས་ཡིན་ན། འབྲས་ཡུམ་  
ལ་ཉེ་བའི་གཞི་ཤེས་ཡིན་པས་བྱམ་ཟེར་ན། བྱང་སེམས་ཆོགས་ལམ་པའི་  
རྒྱུད་ཀྱི་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་  
ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་གཞི་ཤེས་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། འདོད་ན་སྒྲ། ཁ་ཅིག་ འབྲས་ཡུམ་ལ་ཉེ་བའི་གཞི་ཤེས་ཡིན་ན།

འབྲས་ཡུམ་མ་ཡིན་པས་སྒྲུབ་ཟེར་ན། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་  
 རྣམ་མཁུན་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་འཕགས་  
 པའི་རྒྱུད་ཀྱི་གཞི་ཤེས་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། འབྲས་བྱ་ཤེར་  
 བྱིན་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་འབྲས་ཡུམ་ཐོབ་པ་ལ་རིང་བའི་གཞི་ཤེས་ཡིན་  
 ན། འབྲས་ཡུམ་ལ་རིང་བའི་གཞི་ཤེས་ཡིན་པས་སྒྲུབ་ཟེར་ན། བྱང་སེམས་  
 ཆོགས་ལམ་རྒྱུད་ཀྱི་གཞི་ཤེས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར།  
 དེར་ཐལ། བསྐྱལ་པ་གངས་མེད་གསུམ་གྱི་བར་དུ་འབྲས་ཡུམ་ཐོབ་པར་མི་  
 རུས་ཤིང་། དེ་ནས་ཐོབ་དགོས་པའི་གཞི་ཤེས་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་མ་  
 སྒྲུབ་ཟེར། འདོད་ན། ཐེག་དམན་འཕགས་པའི་མཁུན་པ་ཡིན་པར་ཐལ་  
 ལོ། །ཁ་ཅིག་བདེན་འཛིན་རྒྱུད་ལྡན་གྱི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་གཞི་ཤེས་ཡིན་  
 ན། བདེན་འཛིན་གྱིས་བཅིངས་པས་སྒྲུབ་ཟེར་ན། བདེན་འཛིན་རྒྱུད་ལྡན་གྱི་  
 བྱང་སེམས་མཐོང་ལམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་གཞི་ཤེས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་  
 བྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ།  
 བདེན་འཛིན་རྒྱུད་ལ་ལྡན་པའི་བྱང་སེམས་མཐོང་ལམ་པ་ཡོད་པའི་བྱིར།  
 དེར་ཐལ། བདེན་འཛིན་རྒྱུད་ལ་ལྡན་པའི་ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་རྩེས་ཐོབ་པ་  
 ཡོད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། མི་འཐད་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་མཁུན་  
 པ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་གཟུགས་སོགས་བདེན་མེད་དུ་རྟོགས་མ་སྤོང་



བའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། བདེན་འཛིན་གྱིས་བཅིངས་པས་བྱབ་ཟེར་ན། གཟུགས་  
 བདེན་མེད་དུ་རྟོགས་མ་སྤྱོད་བའི་དེ་བདེན་མེད་དུ་རྟོགས་ཁ་མའི་གང་ཟག་  
 ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་སྤྱིར། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། རང་གི་ཡུལ་བདེན་  
 པར་གྱབ་མ་གྱབ་གང་ཡིན་དཔྱད་པ་ན། བདེན་པར་ཞེན་པའི་ཚུལ་ལས་རེ་  
 ཞིག་མི་འདའ་བར་ཐལ། འདོད་པའི་སྤྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། གཟུགས་བདེན་  
 མེད་དུ་རྟོགས་ཁ་མའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཁ་ཅིག་ བདེན་འཛིན་གྱིས་  
 བཅིངས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། བདེན་འཛིན་ལས་མི་འདའ་བས་བྱབ་ཟེར་ན།  
 འོ་ན། དེ་ཡིན་ན། ཤེས་སྒྲིབ་ལས་མི་འདའ་བས་བྱབ་པར་ཐལ། འདོད་པའི་  
 སྤྱིར། འདོད་ན། དེ་ཡིན་ན། ཤེས་སྒྲིབ་ལས་མི་གྲོལ་བས་བྱབ་པར་ཐལ།  
 འདོད་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། དེ་ཡིན་ན། སངས་རྒྱས་མི་ཐོབ་པས་བྱབ་པར་  
 ཐལ་ལོ། །ཁ་ཅིག་ དེ་ནི་ཐབས་ལ་མཁས་པ་ཡིས། །ཞེས་པའི་དངོས་བསྟན་  
 གྱི་ཐབས་ཡིན་ན། ཤེས་སྒྲིབ་ཡིན་པས་བྱབ་ཟེར་ན། བྱང་སེམས་མཐོང་ལམ་  
 པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་སྤྱིར།  
 དེར་ཐལ། གཞུང་དེས་བྱང་འཕགས་ཀྱི་གཞི་ཤེས་དེ་ཐབས་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་  
 པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟེན་པས། འབྲས་ཡུམ་ལ་ཉེ་བའི་གཞི་ཤེས་སུ་བསྟན་  
 པའི་སྤྱིར། འདོད་ན་སྟེ། གཞན་ཡང་། དེ་དེའི་དངོས་བསྟན་གྱི་ཐབས་ཡིན་  
 པར་ཐལ། གཟུགས་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་དེ། མཆན་མར་

དམིགས་སྒོ་ནས། །ཐབས་མ་ཡིན་པས། །ཞེས་པའི་དངོས་བསྟན་གྱི་ཐབས་  
དང་བྲལ་བ་དེ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེས་ཐེག་དམན་འཕགས་པའི་གཞི་  
ཤེས་དེ་གཟུགས་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་གྱིས་བཅིངས་པས།  
འབྲས་ཡུམ་ལ་རིང་བའི་གཞི་ཤེས་སུ་བཤད་པའི་བྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་གི་ལུགས་ལ། བདེན་འཛིན་གྱིས་བཅིངས་པའི་ཐེག་  
དམན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ། འབྲས་ཡུམ་ལ་རིང་བའི་གཞི་ཤེས་ཀྱི་མཚན་  
ཉིད་དོ། །བདེན་འཛིན་གྱིས་བཅིངས་པའི་དོན་ཡང་ཡོད་དེ། གཟུགས་སོགས་  
ཀྱི་ཚོས་གང་ལ་ཡང་བདེན་པར་གྲུབ་མ་གྲུབ་དབྱེད་པའི་ཆེ་སྐབས་དེར་  
བདེན་ཞེན་ལས་མི་འདའ་ཞིང་། སྟོང་ཉིད་ཐོས་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་གྱིས་ཀྱང་  
གཏན་ལ་མ་ཐབ་པ་ལ་བྱེད་པར་རྣམ་བཤད་ལས་གསུངས་པའི་བྱིར། འབྲས་  
ཡུམ་སྒྲུབ་པའི་ཐབས་ཤེས་བྱུང་པར་ཅན་གཉིས་ཀྱིས་ཟེན་པའི་ཆ་ནས་ཐེག་  
དམན་གྱི་ཉོགས་རིགས་སུ་གནས་པའི་ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ།  
འབྲས་ཡུམ་ལ་ཉེ་བའི་གཞི་ཤེས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། འབྲས་ཡུམ་ལ་རིང་བའི་  
གཞི་ཤེས་དང་ཐེག་དམན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ་དོན་གཅིག །དེ་ལ་ཉེ་བའི་  
གཞི་ཤེས་དང་ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་གཞི་ཤེས་གཉིས་དོན་གཅིག

༥ གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྟོང་བ་ལ། །ཁ་ཅིག ཐེག་དམན་གྱི་གཞི་ཤེས་ཡིན་  
ན། བདེན་འཛིན་གྱིས་བཅིངས་པས་བྱུང་པར་ཐལ། བྱིར་གྱི་དམ་བཅའ་འཐད་

པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཐེག་དམན་  
གྱི་གཞི་ཤེས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཐེག་དམན་  
འཕགས་པའི་མཐུན་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྟོན་པའི་ཆོས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་  
གིས། །ཞེས་སོགས་རྩ་འབྲེལ་གྱི་སྐབས་སུ་ཐེག་དམན་འཕགས་པ་ལ་སྟོང་  
ཉིད་རྟོགས་པར་ཡོད་པར་བཤད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན་སྟོན་མེད་དེ། སྤྱིར་མངོན་  
རྟོགས་རྒྱན་གྱི་སྐབས་སུ་ཉན་རང་འཕགས་པ་ལ་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པ་ཡོད་  
མེད་ཀྱི་ཚུལ་གཉིས་བཤད་པ་ལས། རིགས་རྩ་འབྲེལ་གྱི་སྐབས་སུ་ཉན་རང་  
ལ་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པ་ཡོད་པར་འདོད་རིགས་ཀྱང་། སྐབས་འདིར་དེ་ལྟར་  
ཁས་ལེན་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་མངོན་སུམ་  
དུ་རྟོགས་པའི་རྣམ་མཐུན་དེ་འབྲས་ཡུམ་ལ་ཉེ་བའི་གཞི་ཤེས་མ་ཡིན་པར་  
ཐལ། དེ་འབྲས་ཡུམ་དངོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཐུབ། རྟགས་དེར་  
ཐལ། དེ་འབྲས་བྱ་ལམ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་འབྲས་བྱ་ཤེར་  
ཕྱིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་མཐུན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ བྱང་  
སེམས་སྦྱོར་ལམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་གཞི་ཤེས་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་  
མཐུན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འབྲས་ཡུམ་ལ་ཉེ་བའི་གཞི་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། རྣམ་མཐུན་དང་ཉེ་བའི་གཞི་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ མ་ཐུབ་  
ཟེར། མ་གྲུབ་ན་དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་དང་ཉེ་བའི་གཞི་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

དེར་ཐལ། ལྷུར་དུ་འཆང་རྒྱ་བའི་གཞི་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་  
 སེམས་སྒྲོར་ལམ་པ་དེ་ལྷུར་དུ་འཆང་རྒྱ་བའི་བྱང་སེམས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 དེར་ཐལ། དེ་ལྷུར་དུ་འཆང་རྒྱ་བ་གང་ཞིག་བྱང་སེམས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་  
 བ། མ་ཁྲབ། འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁོ་ན་རེ། དེ་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་འཕགས་  
 པའི་མཁྱེན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་པར་གྱུར་པའི་འཕགས་པའི་མཁྱེན་  
 པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་མ་ཁྲབ་གསུང་ཡང་། རེ་ཞིག་རྟགས་མ་གྲུབ་སྟེ། དེ་  
 ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་པར་གྱུར་པའི་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 ཐེག་ཆེན་པར་གྱུར་པའི་མཁྱེན་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་པ་  
 མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གང་ཟག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་  
 ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་པ་དང་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ་གཉིས་ཀ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 འདོད་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་སྟེ། ཤེས་པར་གྱུར་པའི་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ་ཡིན་  
 བ། ཤེས་པ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མཁྱེན་པར་གྱུར་པའི་འཕགས་  
 པའི་མཁྱེན་པ་ཡིན་ན། མཁྱེན་པ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མཁྱེན་  
 པར་གྱུར་པའི་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཡེ་ཤེས་སུ་  
 གྱུར་པའི་འཕགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཡེ་ཤེས་དེ་ལ་  
 འཕགས་པའི་ཡེ་ཤེས་དང་སོ་སྐྱེའི་ཡེ་ཤེས་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་འཐད་པའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། ལམ་དེ་ལ་དེ་ལྷུར་འཐད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་འབྱུང་།

མི་མཐུན་སྤྱོད་གས་དང་གཉིན་སྤྱོད་གས་ཀྱི་གཞི་ཤེས།

༥ གསུམ་པ་མི་མཐུན་སྤྱོད་གས་དང་གཉིན་སྤྱོད་གས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བཤད་  
པ་ལ་གསུམ། གཞི་ལམ་ལ་མཆན་འཛིན་སྤང་གཉིན་དང་། འབྲས་བུ་ལ་  
མཆན་འཛིན་སྤང་གཉིན་དང་། མཐུག་བསྐྱ་བའོ། །དང་པོ་ལ་སྤང་གཉིན་  
གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། གཟུགས་སོགས་ཕྱང་པོ་སྤྱོད་ཉིད་དང་། ཞེས་བ་  
ནས། སྤྱོད་པའི་འདུ་ཤེས་མི་མཐུན་སྤྱོད་ས། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས་ཏེ།  
དོན་ནི་འབྲེལ་བ་ལས། གཟུགས་ལ་སོགས་བ་དུས་གསུམ་པའི་ཆོས་བླ་བ་  
དང་བཅས་བ་དང་། ཞེས་བ་ནས། མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་གས་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་  
བར་གསུངས། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། དེ་ཡང་གང་ལ་འཕྲོས་པ་ཡོད་དེ། བྱང་  
ཆེན་ཐབས་མི་མཁས་པས་གཟུགས་སྤྱོད་ཞེས་བྱ་བ་འདུ་ཤེས་ན་ཆགས་  
པའོ། །ཞེས་སོགས་དང་། སྤྱིན་པའི་བ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ལ་སྤྱོད་ན་ཆགས་  
པའོ། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་མདོ་ལས་འཕྲོས་པའི་བྱིར། གཉིས་བ་གཉིན་པོ་ནི།  
སྤྱིན་ལ་སོགས་བ་ངར་འཛིན་མེད། །ཅེས་བ་ནས། དེ་ནི་ཆགས་པའི་མཐའ་  
འགོག་པས། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས་ཏེ། དོན་ནི་འབྲེལ་བ་ལས། འཁོར་  
གསུམ་རྣམ་པར་དག་པས་སྤྱིན་པ་ལ་སོགས་བ་ལ་བདག་མེད་པར་རྟོགས་  
པས། ཞེས་བ་ནས། གཉིན་པོ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས། འཕྲོས་ནི།  
བྱང་ཆེན་ཐབས་མཁས་པས་ཤེར་བྱིན་ལ་སྤྱོད་པའི་ཆེ་འདི་སྣམ་དུ་གཟུགས་



ལ་གཟུགས་ཞེས་བྱ་བར་འདུ་ཤེས་པ་མེད་དོ། །ཞེས་སོགས་དང་། དེ་ལྟར་  
བྱང་ཆེན་གྱིས་གཞན་ལ་ཡང་དག་པར་བསྟན་པར་བྱ། ལེན་དུ་གཞུག་པར་  
བྱ། ཞེས་སོགས་ལས་འབྲོས་སོ། །

འདིའི་སྐབས་སུ་གཉིས། ཆོག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱད་པའོ། །དང་པོ་  
ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་སྤང་བྱ་ལ་བདེན་ཞེན་འགོག་པ་ནི། གཞི་ཤེས་བྱ་རི་  
ལྟ་བུས་བསྐྱུས་པ་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་སྤང་པོ་བདེན་པས་སྤྲོང་པའི་སྤྲོང་  
ཉིད་དང་། རི་སྤྲོད་པས་བསྐྱུས་པ་དུས་གསུམ་དུ་གཏོགས་པའི་ཆོས་རྣམས་  
དང་། ལམ་སྦྱིན་པ་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་སོགས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཕྱོགས་རྣམས་ལ་  
བདེན་པར་སྦྱོང་པའི་འདུ་ཤེས་གྱིས་བཅིངས་པའི་ལམ་ཆོས་ཅན་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་རིགས་ངེས་པ་དེའི་ལམ་གྱི་གོལ་བའི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཡིན་  
ཏེ། འབྲས་བུ་ཤེར་བྱེན་སྐྱབ་པའི་རིང་ལམ་ཡིན་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་གཉིན་  
པོ་ནི། སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་འཁོར་གསུམ་དུ་བདེན་པར་ཞེན་པའི་ངར་  
འཛིན་མེད་པ་ལ་རང་གནས་པས་གདུལ་བྱ་གཞན་དག་དེ་ལ་སྦྱོར་བར་བྱེད་  
པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་གཞི་ལམ་བདེན་མེད་དུ་མངོན་སུམ་དུ་ཏོགས་  
པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། གཞི་ལམ་ལ་བདེན་པར་ཆགས་པའི་མཐའ་  
འགོག་པ་ཡིན་ཏེ། ཆགས་པ་དེའི་གཉིན་པོ་ཡིན་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་མཐའ་  
དབྱད་པ་ལ་གསུམ་ལས་དང་པོ་ལ་ཁ་ཅིག་ མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀྱི་གཞི་ཤེས་

ཡིན་ན། མི་མཐུན་སྟོགས་ཡིན་པས་བྱུང་བའི་ན། ཉན་ཐོས་ཀྱི་མཐོང་ལམ་  
 ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་དམན་འཕགས་པའི་མཐུན་  
 པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། མི་མཐུན་སྟོགས་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། མཐུན་སྟོགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་  
 མི་མཐུན་སྟོགས་ཀྱི་གཞི་ཤེས་ཡིན་ན། མི་མཐུན་སྟོགས་སུ་གྱུར་པའི་གཞི་  
 ཤེས་ཡིན་པས་བྱུང་བའི་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། ཅིག་ཤོས་དེ་  
 མ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ མི་མཐུན་སྟོགས་ཀྱི་གཉེན་པོར་གྱུར་པའི་  
 གཞི་ཤེས་ཡིན་ན། མི་མཐུན་སྟོགས་ཀྱི་གཞི་ཤེས་ཡིན་པས་བྱུང་བའི་ན།  
 བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་  
 ཉོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཉན་མོངས་  
 ཀྱི་གཉེན་པོར་གྱུར་པའི་གཞི་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན་སྤྱོད། །ཁ་ཅིག་  
 དེ་ཡིན་ན། གཉེན་པོའི་སྟོགས་ཀྱི་གཞི་ཤེས་ཡིན་པས་བྱུང་བའི་ན། ཉན་ཐོས་  
 འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་ཕྱག་འཆའ་བར་མོས་པའི་  
 མཐུན་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མ་དད་པའི་གཉེན་པོར་  
 གྱུར་པའི་གཞི་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མ་དད་པའི་གཉེན་པོར་གྱུར་  
 པའི་ཐེག་དམན་འཕགས་པའི་མཐུན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འགྲེལ་པ་  
 ལས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཕྱག་འཆའ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་

བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་གཉེན་པོ་ཡིན་མོད། །ཞེས་  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར། །ཁ་ཅིག་མི་མཐུན་སྟོགས་ཀྱི་གཞི་ཤེས་དེ་སྒྱུར་དུ་འཆང་  
 རྒྱ་བར་འདོད་པའི་བྱང་སེམས་ལམ་ཀྱི་སྤང་བྱ་ཡིན་ཀྱང་། བྱང་སེམས་ལམ་  
 ཀྱི་སྤང་བྱ་མ་ཡིན་ཟེར་ན། འོ་ན། བྱང་སེམས་ལམ་ཀྱི་སྤང་བྱ་ཡིན་ན། སྤང་  
 བྱ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཀྱི་དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཐེག་  
 དམན་འཕགས་པའི་རྒྱད་ཀྱི་རང་ཉིད་གཅིག་ཕུ་ཞི་བདེ་དོན་གཉེར་གྱི་སྒོ་  
 ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཉན་རང་གི་བྱང་ཆུབ་དོན་གཉེར་  
 ཀྱི་ཡིད་བྱེད་དང་བྲལ་བའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་གནས་པ་དེ། བྱང་སེམས་ཀྱི་  
 དབེན་པར་གནས་པའི་མཚོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་ཀྱིས་  
 ཉན་རང་གི་བྱང་ཆུབ་དོན་གཉེར་གྱི་བསམ་བསམ་དབེན་པའི་དབེན་པ་དེ།  
 བྱང་སེམས་ཀྱི་དབེན་པའི་མཚོག་ཏུ་ཡུམ་གྱི་མདོ་གསུམ་ལས་གསུངས་  
 ཤིང་། སྤྱད་པ་ལས་ཀྱང་། གང་ཞིག་གྲོང་ངམ་འོན་ཏེ་དགོན་པར་གནས་ཀྱང་  
 རུང་། །ཐེག་པ་གཉིས་ཀྱི་སེམས་བྲལ་བྱང་ཆུབ་མཚོག་ངེས་ན། །འདི་ནི་འགྲོ་  
 དོན་ཞུགས་པ་རྣམས་ཀྱི་དབེན་པ་སྟེ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་  
 རུས་ཏེ། ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །ཁ་ཅིག་སྟོད་པའི་འདུ་ཤེས་མི་མཐུན་  
 སྟོགས། །ཞེས་པའི་དངོས་བསྟན་གྱི་མི་མཐུན་སྟོགས་ལ། མི་མཐུན་སྟོགས་  
 ཀྱིས་བྱུང་ཟེར་ན། གཟུགས་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་གྱིས་

བཅེངས་པའི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་མཐོང་ལམ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་སྤྱིར། དེར་  
ཐལ། དེའི་དངོས་བསྟན་གྱི་མི་མཐུན་སྟོགས་ཀྱི་གཞི་ཤེས་ཡིན་པའི་སྤྱིར།  
དེར་ཐལ། གཞུང་དེས། བདེན་འཛིན་གྱིས་བཅེངས་པའི་ཐེག་དམན་གྱི་  
མཐོང་ལམ་དེ་བྱང་སེམས་ལམ་གྱི་གོལ་སའི་མི་མཐུན་སྟོགས་སུ་བསྟན་  
པའི་སྤྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་ཅིག་ བདེན་འཛིན་གྱིས་མ་བཅེངས་པའི་  
ཉན་ཐོས་ཀྱི་མཐོང་ལམ་ཡོད་ཟེར་ན། དེ་མེད་པར་ཐལ། དེ་མེད་པར་བསྐྱབ་  
ཟེན་པའི་སྤྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། ཐབས་ཤེས་བྱུང་པར་ཅན་གཉིས་དང་  
བྲལ་ཞིང་བདེན་འཛིན་གྱིས་བཅེངས་པའི་ཐེག་དམན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་  
པ། མི་མཐུན་སྟོགས་ཀྱི་གཞི་ཤེས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད། དེ་དང་འབྲས་ལུམ་ལ་  
རིང་བའི་གཞི་ཤེས་གཉིས་དོན་གཅིག་ ཐབས་ཤེས་བྱུང་པར་ཅན་གཉིས་  
གྱིས་ཟེན་པའི་ཆ་ནས་ཐེག་དམན་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པའི་ཐེག་ཆེན་  
འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ། གཉིན་པོའི་སྟོགས་ཀྱི་གཞི་ཤེས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད། དེ་  
དང་འབྲས་ལུམ་ལ་ཉེ་བའི་གཞི་ཤེས་གཉིས་དོན་གཅིག །

༥ གསུམ་པ་ཅོད་པ་སྤྱོད་བ་ལ། ཁ་ཅིག་ མི་མཐུན་སྟོགས་ཀྱི་གཞི་  
ཤེས་ཡིན་ན། ཐབས་ཤེས་བྱུང་པར་ཅན་གཉིས་དང་བྲལ་བས་བྱབ་པར་ཐལ།  
སྟོད་ཀྱི་དམ་བཅའ་འཐད་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། ཉན་ཐོས་མཐོང་ལམ་པའི་རྒྱད་

ཀྱི་སྙིང་རྩེ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་དམན་འཕགས་  
 པའི་མཁྱེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་  
 མི་འཐད་པར་ཐལ། ཐབས་བྱུང་པར་ཅན་དང་མ་བུལ་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 སྙིང་རྩེ་བྱུང་པར་ཅན་དང་མ་བུལ་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྙིང་རྩེ་དང་མ་བུལ་  
 བའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་བྱུང་། གཞན་ཡང་། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་མཛོན་  
 སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་མཐོང་ལམ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར།  
 འདོད་ན། ཞེས་རབ་བྱུང་པར་ཅན་དང་བུལ་བར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་  
 མི་རུས་ཏེ། དེ་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཞེས་  
 རབ་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་སྟེ། བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཞེས་རབ་ཡིན་ན།  
 ཞེས་རབ་བྱུང་པར་ཅན་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། སྒྲོན་མེད་དེ། འདིར་  
 ཞེས་རབ་བྱུང་པར་ཅན་ནི་སྙིང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཞེས་རབ་ལ་བྱེད་རིགས་  
 པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ མི་མཐུན་སྟོགས་ཀྱི་གཞི་ཞེས་ཆོས་ཅན། བྱང་སེམས་  
 ལམ་གྱི་མི་མཐུན་སྟོགས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་མི་  
 མཐུན་སྟོགས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། དེ་ཞིག་མ་གྲུབ་བྱས་པ་ལ། དེར་  
 ཐལ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤང་བྱ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའི་སྤང་བྱར་མ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔས་སྤང་བྱར་མ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་བྱུང་། རྟོགས་དེར་ཐལ། དེ་



སྤང་བྱར་རྟོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་  
སྤང་བྱ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་སྤང་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
འཕགས་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྣམ་པ་གཅིག་ ཏུ་ན་ཉན་ཐོས་རང་རྒྱུད་ཀྱི་རང་  
ཉིད་གཅིག་ཕུ་ཞི་བདེ་དོན་གཉེར་གྱི་སྒོ་དེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤང་བྱ་  
ཡིན་ཀྱང་། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་དེ་དེའི་སྤང་བྱ་མ་ཡིན་ཏེ། ཉན་ཐོས་དེ་བྱང་  
སེམས་ཀྱི་སྤང་བྱ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་ཀྱིས་ཉན་ཐོས་  
ལ་བཞེས་གཉེན་དུ་བསྟེན་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་དེ་ལ་ཆོས་ཉན་  
པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཉན་ཐོས་འཕགས་པས་བྱང་སེམས་ལ་ཆོས་  
བསྟེན་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན། རབ་འབྱོར་དང་ཤུ་རིའི་བྱ་སོགས་བཞིན་  
ནོ། །ཞེས་བྱར་རུང་ཅམ་མོ། །ཁོ་ན་དེ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་མཐོང་ལམ་དེ་བྱང་  
སེམས་ཀྱི་སྤང་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་བྱང་སེམས་ལམ་ཀྱི་སྤང་བྱ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར་ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་པའམ། འདོད་ན། དེ་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྤང་བྱར་རྟོགས་  
པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། སྤང་བཞིན་བྱའོ། །ཡང་ཁ་ཅིག་ དེ་མི་  
མཐུན་ཕྱོགས་སུ་བྱང་སེམས་ལམ་ཀྱིས་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་  
སེམས་ལམ་ཀྱིས་མི་མཐུན་ཕྱོགས་སུ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་  
སེམས་ལམ་ཀྱི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་སུ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། རྣམ་དབྱེ་  
ཞིབ་པར་བྱེད་པར་བྱའོ། །ཡང་ཁ་ཅིག་ དམན་པའི་ལམ་དེ་བྱང་སེམས་ཀྱི་

སྤང་བྱ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་དེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤང་  
བྱ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཉན་ཐོས་དེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤང་བྱ་  
མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་སེ་བེར་རོ། །འོན་ཀྱང་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་དེ་  
བྱང་སེམས་ཀྱི་སྤང་དོར་གང་རུང་མ་ཡིན་པའི་སྤྱོད་གས་སུ་འཕེན་ཚུལ་ཡང་སྒྲ་  
ཆོགས་ཡོད་དོ། །ཁ་ཅིག གཞི་ཤེས་ཡིན་ན། སྐབས་གསུམ་པའི་དངོས་  
བསྟན་ཀྱི་གཞི་ཤེས་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། མི་མཐུན་སྤྱོད་གས་ཀྱི་གཞི་ཤེས་  
དང་། གཉིན་པོའི་སྤྱོད་གས་ཀྱི་གཞི་ཤེས་གང་རུང་ལ་དེ་ལྟར་དགོས་པའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། ཅ་བར། མི་མཐུན་གཉིན་པོའི་སྤྱོད་གས་དག་གི། །རྣམ་པར་དབྱེ་བ་  
མ་ལུས་པ། །རྩི་སྤྱད་བཤད་པ་འདིར་ཤེས་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
བེར་ན། མ་ཁྱབ། འདོད་ན། བྱང་སེམས་སྒྲོམ་ལམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་གཞི་ཤེས་  
ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སྐབས་གསུམ་པས་སྒྲོམ་ལམ་  
དངོས་སུ་བསྟན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། འབྲེལ་བ་  
ལས། སྒྲོམ་པའི་ལམ་ནི་མ་བསྟན་ཏོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། དེ་ལ་ཁོ་ན་  
རེ། སྒྱུན་མེད་དེ། དེ་ནི། གཟུགས་རྟག་མ་ཡིན་མི་རྟག་མིན། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་  
གཞུང་རྩོགས་པའི་མཐུག་དེར་སྒྲོམ་ལམ་དངོས་སུ་མ་བསྟན་ཞེས་པའི་དོན་  
ཡིན་གྱི། སྤྱིར་སྐབས་གསུམ་པར་དེ་དངོས་སུ་མ་བསྟན་ཞེས་པའི་དོན་མ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར་གསུངས།

༥ གཉིས་པ་འབྲས་བུ་ལ་མཆན་འཛིན་སྤང་གཉིན་བཤད་པ་ལ་བཞི།  
ཆགས་པའི་ངོ་བོ། དེའི་རྒྱ་མཆན། ཆགས་པའི་གཉིན་པོ། འཕྲོས་དོན་  
ནི། །དང་པོ་ནི། རྒྱལ་ལ་སོགས་ལ་ཆགས་པ་སྟ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། དོན་ནི།  
འབྲེལ་པ་ལས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཕྱག་འཆའ་བ་ལ་  
སོགས་པ་ནི། ཞེས་པ་ནས། ཆགས་པ་སྟ་མའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཐམས་  
ཅད་དུ་མ་ཡིན་པས་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས།  
འཕྲོས་ནི། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་  
སངས་རྒྱས་མཆན་མར་ཡིད་ལ་བྱེད་ན། རབ་འབྱོར་ཅི་ཅམ་མཆན་མར་  
གྱུར་པ་དེ་ཅམ་དུ་ཆགས་པའོ། །ཞེས་སོགས་ལས་འཕྲོས་སོ། །ཆོག་དོན་ནི།  
རྒྱལ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་བདེན་པར་ཆགས་པ་སྟ་མོས་བཅེངས་བཞིན་དེ་ལ་  
ཕྱག་འཆའ་བ་ལ་སོགས་པ་ཆོས་ཅན། བྱང་སེམས་ལམ་གྱི་མི་མཐུན་  
ཕྱོགས་ཡིན་ཏེ། དེའི་གོ་ལས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་རྒྱ་མཆན་ནི། ཆོས་  
ཀྱི་ལམ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས། །དབེན་པའི་ཕྱིར་ན་དེ་བཤད་ཏེ། །ཅེས་གསུངས་  
ཏེ། དོན་ནི། འབྲེལ་པར། གང་གི་ཕྱིར་ཆོས་ཀྱི་རིགས་རྣམས་ངོ་བོ་ཉིད་ཁོ་  
ནས་སྤྲོང་པས། ཞེས་པ་ནས། མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་  
གསུངས། འཕྲོས་ནི། ཤེར་ཕྱིན་ནི་བཅ། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྩལ་  
པ། རབ་འབྱོར་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་དབེན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་

སོགས་ལས་འཕྲོས་སོ། །ཆོག་དོན་ནི། ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ལམ་གནས་ལུགས་  
མཐར་ཐུག་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཟབ་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། བདེན་པར་གྲུབ་པའི་  
རང་བཞིན་གྱིས་དབེན་པའི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་གཉིན་པོ་ནི།  
ཆོས་རྣམས་རང་བཞིན་གཅིག་པར་ནི། །ཤེས་པས་ཆགས་པ་སྤྲོང་བ་ཡིན། །  
ཞེས་གསུངས་ཏེ། དོན་ནི། འགྲེལ་པར། གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་  
རྣམས་རང་བཞིན་གཅིག་པ་ཁོ་ན་སྟེ། ཞེས་པ་ནས། ཆགས་པ་སྤྲོང་བ་ཡིན་  
ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས། འཕྲོས་ནི། རབ་འབྱོར་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་རང་  
བཞིན་ནི་གཉིས་མ་ཡིན་ཏེ། ཆོས་ཀྱི་རང་བཞིན་ནི་གཅིག་ཏུ་ཟད་དོ། །ཆོས་  
ཀྱི་རང་བཞིན་གང་ཡིན་པ་རང་བཞིན་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སོགས་ལས་འཕྲོས་  
སོ། །ཆོག་དོན་ནི། ཆོས་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་བདེན་སྟོང་དུ་གཅིག་པར་  
མངོན་སུམ་དུ་ཤེས་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན། འབྲས་བུ་ལ་  
བདེན་པར་ཆགས་པ་སྤྲོང་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་འཛོམས་བྱེད་ཀྱི་གཉིན་པོ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། བཞི་པ་འཕྲོས་དོན་ལ་གཉིས། ཟབ་པའི་རྒྱ་མཆན། རྟོགས་དཀའ་བ་རྒྱ་  
མཆན། དང་པོ་ནི། མཐོང་བ་ལ་སོགས་བཀག་པ་ཡིས། །དེ་ནི་རྟོགས་པར་  
དཀའ་བར་བཞད། །ཅེས་གསུངས་ཏེ། དོན་ནི་འགྲེལ་པར། གང་གི་སྤྱིར་རྣམ་  
པར་ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། ཞེས་པ་ནས། ཟབ་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་  
བར་གསུངས། འཕྲོས་ནི། ཤེས་ཕྱིན་ནི། རྟོགས་པར་དཀའ་ལོ། །བཅོམ་ལྡན་

འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྩལ་པ། རབ་འབྱོར་དེ་ནི་འདི་ལྟར་ཡུམ་ནི་སྤྱི་མཐའ་མ་  
 མཐོང་། མ་ཐོས། མ་ངེས། རྣམ་པར་མ་ཤེས། མཛོན་པར་སངས་མ་རྒྱས་པ་  
 ཡིན་ནོ། །ཞེས་སོགས་ལས་འཕྲོས་སོ། །ཆི་ག་དོན་ནི། དོན་དམ་པའི་བདེན་  
 པ་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། རྟོགས་པར་དཀའ་བར་བཤད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ།  
 མཐར་ཐུག་དཔྱད་པའི་རིགས་ཤེས་ཀྱིས་རྟོགས་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་གྱི།  
 གཟུགས་མཐོང་བ་ལ་སོགས་པ་ཐ་སྙད་པའི་ཚད་མས་ཁྱོད་མཐོང་བ་བཀག་  
 པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་རྟོགས་དཀའ་ནི། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་  
 མི་ཤེས་ཕྱིར། དེ་ནི་བསམ་མི་བྱུང་བར་འདོད། །ཅེས་གསུངས་ཏེ། དོན་ནི།  
 འབྲེལ་པར། གང་གི་ཕྱིར་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་  
 མ་འདྲེས་པའི་རྣམ་པའི་བར་གྱི་རང་བཞིན། ཞེས་པ་ནས། དེ་ནི་རྟོགས་པར་  
 དཀའ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས། འཕྲོས་ནི། རབ་འབྱོར་དེ་ནི་  
 འདི་ལྟར་ཡུམ་ནི་སྤྱི་མཐའ་མ་ཤེས་ཏེ། གཟུགས་དང་ཆོར་བ་དང་འདྲུ་ཤེས་  
 དང་འདྲུ་བྱེད་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པས་མ་ཤེས་སོ། །ཞེས་སོགས་ལས་འཕྲོས་  
 སོ། །ཆི་ག་དོན་ནི། དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། ཐ་སྙད་པའི་སྒྲོས་  
 རྟོགས་པར་དཀའ་བ་ཡིན་ཏེ། སྒྲོ་དེས་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བར་འདོད་རིགས་  
 པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཁྱོད་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པ་ཡིན་  
 པར་མི་ཤེས་པའི་ཕྱིར།



༺ གསུམ་པ་མཐུག་བསྐྱབ་ནི། དེ་ལྟར་ཀྱན་ཤེས་ཉིད་ལུགས་ལ།  
 ཞེས་པ་ནས། རི་སྐད་བཤད་པ་འདྲིར་ཤེས་བྱ། ཞེས་གསུངས་ཏེ། རོན་ནི།  
 འགྲེལ་པར། ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་ཉིད་ཀྱི་སྐབས་སུ་དེ་ལྟར་བཤད་པའི་ཚུལ་  
 གྱིས། ཞེས་པ་ནས། རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ཤེས་པར་བྱའོ། ཞེས་པའི་བར་གསུངས་  
 སོ། ཁྱི་ག་དོན་ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། ཀྱན་ཤེས་ཉིད་ཀྱི་ལུགས་ལ་སྟེ་གཞི་  
 ཤེས་ཀྱི་སྐབས་སུ་མི་མཐུན་སྟོགས་ཀྱི་གཞི་ཤེས་དང་། གཉེན་པོའི་སྟོགས་  
 ཀྱི་གཞི་ཤེས་དག་གི་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་མ་ལུས་པ་ཡུམ་གྱི་མདོ་ལས་རི་སྐད་  
 བཤད་པ་འདྲིར་ཡང་དངོས་ཤུགས་ཅི་རིགས་ལ་བཤད་པ་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ་  
 སྒྲུབ་བཤད་པ་དེ་ལྟར་ཤེས་པར་བྱ་དགོས་པའི་བྱིར། འདི་དག་གྱི་སྐབས་སུ་  
 མཐའ་དཔྱད་ནི་སྒྲུབ་བཤད་པ་དེས་ཤེས་པར་བྱའོ།

མེམས་དཔའི་གཞི་ཤེས་སྟོར་བ།

གཞི་ཤེས་སྟོར་བ་བཤད་པ་ལ་གཉིས། དབྱེ་བ་དང་། རང་བཞིན་  
 རོ། །དང་པོ་ནི། གཟུགས་སོགས་དེ་མི་རྟག་སོགས་དང་། ཞེས་པ་ནས། སྒྲུབ་  
 བ་རྣམ་བཤུན་ཤེས་བྱེད་དོ། ཞེས་པའི་བར་གསུངས་ཏེ། རོན་ནི། འགྲེལ་  
 པར། གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་དང་། དེ་དག་ཉིད་ཀྱི་མི་རྟག་  
 པ་དང་། སྟོང་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་དང་། ཞེས་པ་ནས། ཤུགས་ཀྱིས་ན་ཉན་  
 ཐོས་ལ་སོགས་པ་ཡི་ནི་རི་སྐད་བཤད་པ་ལས་བསྒྲེག་སྟེ་སྟོར་བ་ཡིན་

ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས། འཕྲོས་ནི། རབ་འབྱོར་འདི་ལ་བྱང་ཆེན་ཤེར་  
 ཕྱིན་ལ་སྦྱོང་པའི་ཆོ། གལ་ཏེ་གཟུགས་ལ་མི་སྦྱོང་ན་ཤེར་ཕྱིན་ལ་སྦྱོང་དོ། །  
 ཞེས་སོགས་དང་། གལ་ཏེ་གཟུགས་རྟག་ཅེས་བྱ་བ་འཇམ་མི་རྟག་ཅེས་བྱ་བར་  
 མི་སྦྱོང་ན་ཤེར་ཕྱིན་ལ་སྦྱོང་དོ། །ཞེས་སོགས་དང་། གཟུགས་རྫོགས་པ་  
 འཇམ་མ་རྫོགས་པའོ་ཞེས་བྱ་བར་མི་སྦྱོང་ན་ཤེར་ཕྱིན་ལ་སྦྱོང་དོ། །ཞེས་  
 སོགས་དང་། མི་ལམ་རྫོམ་སེམས་སུ་མི་བྱེད། མི་ལམ་གྱིས་རྫོམ་སེམས་  
 སུ་མི་བྱེད། མི་ལམ་ལ་རྫོམ་སེམས་སུ་མི་བྱེད་དོ། །ཞེས་སོགས་ལས་འཕྲོས་  
 སོ། །

འདི་ལ་གཉིས། ཆོག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱུང་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཤེས་  
 བྱ་ཆོས་ཅན། སེམས་དཔའི་གཞི་ཤེས་སྦྱོར་བ་དེ་ལ་རྣམ་པ་བརྩ་ཡོད་དེ།  
 དེར་གྱུར་པའི་ཡུལ་གྱི་སྒོ་ནས་བཞི། རོ་བོའི་སྒོ་ནས་གསུམ། བྱེད་ལས་གྱི་  
 སྒོ་ནས་གཉིས། ཤེས་བྱེད་དཔའི་སྒོ་ནས་གཅིག་རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་བྱིར།  
 དང་པོ་བྱུང་སྟེ། བྱེད་གཞི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་བདེན་པར་ཞེན་པ་དང་།  
 དེའི་བྱེད་ཆོས་གྱི་མི་རྟག་སྤྱད་བསྐྱེད་སོགས་དང་། དེ་ཡོན་ཏན་གྱི་རྟེན་དུ་མ་  
 རྫོགས་པ་དང་རབ་ཏུ་རྫོགས་པ་དང་། དེ་ལ་བདེན་པར་ཆགས་པ་མེད་པ་  
 ཉིད་ལ་བདེན་པར་སྦྱོང་བ་བཀག་པའི་སྦྱོར་བ་དང་བཞི་ཡོད་པའི་བྱིར། དེ་  
 ཡང་གཟུགས་སོགས་ཞེས་པས་གཅིག་དང་། དེ་མི་རྟག་སོགས་དང་། །ཞེས་

བས་གཅིག་། །དེ་མ་རྩོགས་དང་རབ་རྩོགས་དང་། །ཞེས་བས་གཅིག་། །དེ་ལ་  
 ཆགས་པ་མེད་ཉིད་ལ། །སྒྲོད་པ་བཀག་པའི་སྒྲོར་བ་དང་། །ཞེས་བས་གཅིག་  
 བཙུན་པར་གསལ་ལོ། །གཉིས་པ་རོ་བོའི་སྒྲོ་ནས་གསུམ་ཡོད་དེ། །ལས་སུ་བྱ་  
 བ་ལ་བདེན་ཞེན་འགོག་པ་མི་འགྱུར་བ་དང་། །བྱེད་པ་པོ་ལ་བདེན་ཞེན་འགོག་  
 པ་བྱེད་པ་པོ་མེད་པ་ཉིད་དང་། །འབྲས་བུ་ལ་བདེན་ཞེན་འགོག་པ་བྱ་དཀའ་བ་  
 རྣམ་པ་གསུམ་གྱི་སྒྲོར་བ་དང་གསུམ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། །བྱ་དཀའ་བ་གསུམ་  
 ཡང་ཡོད་དེ། །ཆེད་དུ་བྱ་དཀའ་བ། །སྒྲོར་བ་བྱ་དཀའ་བ། །ལས་བྱ་དཀའ་བ་  
 དང་གསུམ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། །གསུམ་པ་བྱེད་ལས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་གཉིས་ཡོད་དེ།  
 །རིགས་ཅན་གསུམ་གྱི་སྐལ་བ་རི་ལྟ་བ་བཞིན་འབྲས་བུ་ཐོབ་པས་འབྲས་བུ་  
 ཡོད་པར་འདོད་པའི་སྒྲོར་བ་དེ་དང་ནི། །ཕན་ཡོན་དང་ལྡན་པའི་སྒྲོ་ནས་  
 གཞན་ལ་རག་ལས་པ་མེད་པ་གང་ཡིན་པའི་སྒྲོར་བ་དང་གཉིས་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར། །བཞི་པ་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་གཅིག་ཡོད་དེ། །སྤང་བ་རྣམ་པ་བདུན་དུ་  
 ཤེས་པར་བྱེད་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་གཞི་ཤེས་སྒྲོར་བ་གཅིག་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
 །སྤང་བ་རྣམ་པ་བདུན་ཡང་ཡོད་དེ། །མི་ལམ་དང་། །སྒྱུ་མ་དང་། །སྒྲིག་རྒྱ་དང་།  
 །སྒྲི་སྒྲན་དང་། །གཟུགས་བརྟན་དང་། །རི་བོའི་གྲོང་སྤྱིར་དང་། །སྒྲུལ་པའི་དཔེ་  
 བདུན་ལ་བརྟེན་ནས། །ཕྱི་ནང་གི་ཆོས་རྣམས་བདེན་པར་མེད་ཀྱང་། །རྟེན་  
 འབྲེལ་གྱི་སྤང་བ་ཅམ་དུ་སྒྲུབ་ཚུལ་རྣམ་པ་བདུན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། །དེའི་ཚུལ་

ནི་རྣམ་བཤད་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ།།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ་ཁ་ཅིག་གཞི་  
ཀྱན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་གང་རུང་དུ་གནས་ཚུལ་ལ་བྱིན་ཅི་  
ལོག་ཏུ་ཞེན་པའི་གཉིན་པོར་གྱུར་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས། སེམས་དཔའི་  
གཞི་ཤེས་སྒྲོར་བའི་མཆན་ཉིད་ཟེར་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་  
ལམ་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ། མཆན་ཉིད་དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། བདེན་  
གཉིས་གང་རུང་གི་གནས་ཚུལ་ལ་བྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་ཞེན་པའི་གཉིན་པོར་གྱུར་  
པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་གཉིས་གང་རུང་གི་  
གནས་ཚུལ་ལ་བདེན་པར་ཞེན་པའི་གཉིན་པོར་གྱུར་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་  
ཤེས་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། བདེན་གཉིས་གང་རུང་བདེན་པར་འཛིན་  
པའི་བདེན་འཛིན་གྱི་གཉིན་པོར་གྱུར་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་  
བྱིར། དེར་ཐལ། ལྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་  
ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་ན་སྤྲོ། །ཁ་ཅིག་གཞི་ཀྱན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པའི་  
སྟོང་ལུགས་གང་རུང་ལ་བྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་ཞེན་པའི་གཉིན་པོ་སྒྲོམ་པའི་སེམས་  
དཔའི་ཡེ་ཤེས། སེམས་དཔའི་གཞི་ཤེས་སྒྲོར་བའི་མཆན་ཉིད་ཟེར་ན། ལྟོང་  
ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་  
དེར་ཐལ། མཆན་ཉིད་དེའི་བྱིར། རྟགས་བྱུང་སྟེ། ཆོས་ཅན་དེའི་བྱིར། འདོད་

མི་རྒྱས་སོ། །གཞན་ཡང་། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་  
 སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ན། སེམས་དཔའི་གཞི་ཤེས་སྒྱུར་བ་མ་ཡིན་  
 དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སེམས་དཔའི་གཞི་ཤེས་སྒྱུར་བ་ཡིན་ན། ཐེག་  
 དམན་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ གཟུགས་  
 སོགས་དེ་མི་རྟག་སོགས་དང་། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་  
 སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ན། སེམས་དཔའི་གཞི་ཤེས་སྒྱུར་བ་ཡིན་པས་  
 ཁྱབ་ཐེར་ན། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྱུར་ལམ་ཆོས་ཅན། དེར་  
 ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གཞུང་དེས་མི་རྟག་ལ་སོགས་བཙུངས་ཀྱི་རྟོགས་  
 པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྱུར་ལམ་དེ་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཐེན་པའི་  
 སེམས་དཔའི་གཞི་ཤེས་སྒྱུར་བར་དངོས་སུ་བསྟན་པ་ལ་བརྩུང་བའི་ཕྱིར།  
 ཁ་ཅིག་ དེའི་སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་གཞི་ཤེས་སྒྱུར་བ་ཡིན་ན། སེམས་  
 དཔའི་གཞི་ཤེས་སྒྱུར་བ་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཐེར་ན། ཉན་ཐོས་ཀྱི་སྒྱུར་ལམ་ཆོས་  
 ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་དེའི་ཤུགས་བསྟན་གྱི་དམན་པའི་  
 གཞི་ཤེས་སྒྱུར་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གཞུང་དེས་བྱང་སེམས་ཀྱི་  
 གཞི་ཤེས་སྒྱུར་བ་དངོས་སུ་བསྟན་ནས་ཉན་ཐོས་དང་རང་རྒྱལ་གྱི་གཞི་  
 ཤེས་སྒྱུར་བ་ཤུགས་ལ་བསྟན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འགྲེལ་བ་ལས། ཤུགས་  
 ཀྱིས་མཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་ཡི་ནི་རི་རྒྱད་བཞད་པར་སྒྱུར་བ་ཡིན་



ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། འདོད་ན་སྒྲ། ཁ་ཅིག་ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པར་  
 གྱུར་བའི་རྟག་པ་ཀྱན་བཏགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཟེར་ན། ཟུ་གུ་དོན་དམ་པར་སྐྱེ་  
 བ་ཆོས་ཅན། མཆན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། མཆན་  
 ཉིད་ཡོངས་ཆད་ཀྱི་ཀྱན་བཏགས་ཡིན་པའི་བྱིར། མ་གྲུབ་ན། ཟུ་གུ་ཆོས་  
 ཅན། ཁྱོད་དོན་དམ་པར་སྐྱེ་བ་མཆན་ཉིད་ཡོངས་ཆད་ཀྱི་ཀྱན་བཏགས་ཡིན་  
 པར་ཐལ། ཁྱོད་བདག་མེད་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། རྟག་པ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། ཡོད་པར་ཐལ་ལོ། །ཁ་ཅིག་རྟག་  
 པས་སྒྲོ་བཏགས་སུ་གྱུར་པ། ཀྱན་བཏགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཟེར་ན། དེ་ཞིག་  
 །རི་བོང་རྩ་ཆོས་ཅན། མཆན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་བྱིར། འདོད་ན།  
 དེ་ཆོས་ཅན། རྟག་པའི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་ན།  
 རྟག་པའི་གཞལ་བྱར་གྱུར་བར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། གཞལ་བྱ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །གཞན་ཡང་། སྒྲོན་པོ་  
 ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ། མཆན་ཉིད་དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། རྟག་པས་  
 སྒྲོ་འདོགས་ཀྱི་ཡུལ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། རང་ལ་སྒྲོ་འདོགས་ཀྱི་རྟག་པ་  
 ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། རང་ལ་བདེན་པར་སྒྲོ་འདོགས་པའི་རྟག་པ་ཡོད་  
 པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། གཞན་དབང་ཡིན་པའི་བྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་  
 མི་འཐད་པར་ཐལ། རང་འཛིན་རྟག་པས་སྒྲོ་བཏགས་ཅམ་ཡིན་ན། རྟག་པས་

སྒྲོ་བཏགས་ཙམ་ཡིན་པས་མ་བྲལ། རྟོག་པས་སྒྲོ་བཏགས་པ་ཙམ་གྱིས། རྟོག་  
 པས་སྒྲོ་བཏགས་ཙམ་དུ་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་དེར་ཐལ། བདེན་པར་  
 བཟུང་བ་ཙམ་གྱིས། བདེན་གྲུབ་དུ་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་རྒྱ་རྒྱུན་  
 ལས་སྒྲེས་པ། གཞན་དབང་གི་མཆན་ཉིད་ཟེར་ན། ལྷ་གྲུ་ཆོས་ཙན། མཆན་  
 ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དངོས་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 འདོད་ན། དེ་རྒྱ་ལས་ཀྱང་སྒྲེས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ།  
 རྒྱའི་བྱེ་བྲག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། རྒྱ་རྒྱུན་ཆོས་ཙན། རྒྱ་རྒྱུན་ལས་  
 སྒྲེས་པར་ཐལ། གཞན་དབང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཙན། ཁྱོད་  
 ཁྱོད་ལས་མ་སྒྲེས་པར་ཐལ། ཁྱོད་བདག་མེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་རང་  
 གི་རྒྱ་རྒྱུན་ལས་སྒྲེས་པ། གཞན་དབང་གི་མཆན་ཉིད། ཟེར་ན། དོན་ཐོག་དུ་  
 འཐད་མོད། འོན་ཀྱང་། གཞན་དབང་ཡོད་ན། རང་གི་རྒྱ་རྒྱུན་ལས་སྒྲེས་པ་  
 ཡོད་དགོས་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། རི་བོང་དུ་ཆོས་  
 ཙན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འདུས་བྲས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་  
 རུས་སོ། །རེ་ཞིག་སོང་། ཁ་ཅིག་རང་ལ་དམིགས་ནས་བསྒྲོམས་པས་ཤེས་  
 སྒྲིབ་དག་པར་འགྱུར་བའི་རྣམ་དག་ལས་ཀྱི་དམིགས་པ། ཡོངས་གྲུབ་ཀྱི་  
 མཆན་ཉིད་ཟེར་ན། མི་རྟོག་པ་ཆོས་ཙན། མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ། མཆན་ཉིད་  
 དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རང་ལ་དམིགས་ནས་བསྒྲོམས་པས་འཆང་རྒྱ་བར་

འགྱུར་བའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་ཆོས་ཅན། རང་ལ་དམིགས་ནས་བསྒྲུབས་  
པས་ཤེས་སྐྱབ་དག་པར་འགྱུར་བའི་རྣམ་དག་ལམ་གྱི་དམིགས་པ་ཡིན་པར་  
ཐལ། རང་ལ་དམིགས་ནས་བསྒྲུབས་པས་ཤེས་སྐྱབ་དག་པར་འགྱུར་བ་གང་  
ཞིག །རྣམ་དག་ལམ་གྱི་དམིགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། རང་  
ལ་དམིགས་ནས་མི་རྟག་པར་བསྒྲུབས་པས་ཉོན་སྐྱབ་སྟོང་བར་འགྱུར།  
བདེན་སྟོང་དུ་བསྒྲུབས་པས་ཤེས་སྐྱབ་སྟོང་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། དང་པོ་  
དེར་ཐལ། མི་རྟག་པར་བསྒྲུབས་པས་ཉོན་སྐྱབ་སྟོང་བྱས་པར་ཁས་སྐྱངས་པ་  
ཅམ་གྱིས། མི་རྟག་པ་ཅམ་བསྒྲུབས་པས་ཉོན་སྐྱབ་སྟོང་བྱས་པར་ཁས་ལེན་  
མི་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པས་འཆང་རྒྱ་བར་ཁས་  
སྐྱངས་པ་ཅམ་གྱིས། དེ་རྟོགས་པ་ཅམ་གྱིས་འཆང་རྒྱ་བར་བྱས་པར་ཁས་  
ལེན་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པ་ཅམ་གྱིས་འཆང་རྒྱ་  
བྱས་པར་ཐལ། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པས་འཆང་རྒྱ་བྱས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
ཆོགས་བསགས་ནས་འཆང་རྒྱ་བྱས་པའི་ཕྱིར། གོང་དུ་འདོད་ན། འཆང་རྒྱ་  
བ་ལ་པར་ཕྱིན་དུག་བསྒྲུབ་མི་དགོས་པར་ཐལ་ལོ། །ཁ་ཅིག་རང་ལ་དམིགས་  
ནས་བདེན་སྟོང་དུ་བསྒྲུབས་པས་ཤེས་སྐྱབ་དག་པར་བྱས་ན། རང་ལ་དམིགས་  
ནས་བསྒྲུབས་པས་ཤེས་སྐྱབ་དག་པར་བྱས་པས་ཁྱབ་ཐེར་ན། ལོག་ལྟ་ཆོས་  
ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། རྟགས་སྒྲ། འདོད་ན། ལོག་ལྟ་བསྒྲུབས་པས་ཤེས་

སྒྲིབ་སྟོང་རྒྱས་པར་ཐལ། ལོག་ལྟ་དམིགས་ཡུལ་དུ་བྱས་ནས་བསྐྱོམས་པས་  
ཤེས་སྒྲིབ་སྟོང་རྒྱས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ལོག་ལྟ་ལ་དམིགས་ནས་བསྐྱོམས་  
པས་ཤེས་སྒྲིབ་དག་པར་བྱེད་རྒྱས་པའི་ཕྱིར། ཏགས་ཁས། འདོད་ན་  
སྟོན། །ཁ་ཅིག་རང་ཉིད་ལ་དམིགས་ནས་བདེན་པར་བཟུང་བས་ཡོན་ཏན་ཅི་  
རིགས་སྐྱེ་བ་ལ་གོགས་བྱེད་ན། ཡོན་ཏན་གྱི་ཉེན་དུ་མ་རྩོགས་པས་བྱུང་བེད་  
ན། རྣམ་མཐུན་བདེན་སྟོང་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་  
མཐུན་བདེན་སྟོང་བདེན་པར་བཟུང་ནས་ཡོན་ཏན་ཅི་རིགས་སྐྱེ་བ་ལ་  
གོགས་བྱེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བདེན་སྟོང་བདེན་གྲུབ་ཏུ་བཟུང་ན་ཡོན་  
ཏན་ཐོབ་པ་ལ་གོགས་བྱེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཅུ་ཤེས་ལས། གང་དག་  
སྟོང་བ་ཉིད་ལྟ་བུ། །དེ་དག་སྐྱབ་ཏུ་མེད་པར་གསུངས། །ཞེས་གསུངས་པའི་  
ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཡོན་ཏན་གྱི་ཉེན་དུ་རྩོགས་པར་ཐལ། དོན་དམ་  
བདེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་རང་ཉིད་ལ་དམིགས་ནས་བདེན་སྟོང་དུ་  
བསྐྱོམས་པས་རྟོགས་པ་གོང་ནས་གོང་འཕེལ་དུ་འགྱུར་ན། ཡོན་ཏན་གྱི་ཉེན་  
དུ་རྩོགས་པས་བྱུང་བེད་ན། བདེན་འཛིན་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། ཆོས་ཐམས་ཅད་བདེན་སྟོང་དུ་དམིགས་ནས་བསྐྱོམས་པས་སྒྲིམ་  
པ་པོ་རྟོགས་པ་གོང་འཕེལ་དུ་འགྱུར་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། ཡོན་ཏན་  
གྱི་ཉེན་དུ་མ་རྩོགས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྒྲིབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་དེ་

མ་རྩོགས་དང་རབ་རྩོགས་དང་། །ཞེས་པའི་དངོས་བསྟན་གྱིས་མ་རྩོགས་  
 པའི་ཆོས་ཡིན་ན། མ་རྩོགས་པའི་ཆོས་ཡིན་པས་བྲལ། དེའི་སྐབས་ནས་  
 བསྟན་པའི་རྩོགས་པའི་ཆོས་ཡིན་ན། རྩོགས་པའི་ཆོས་ཡིན་པས་བྲལ་བེད་  
 བ། གཟུགས་མི་ཏྲག་པ་ཆོས་ཅན། བྱི་མ་དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་  
 སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་རྟོན་དུ་རྩོགས་པའི་ཆོས་ཡིན་པའི་བྱིར།  
 འདོད་ན། གཟུགས་ཀྱང་རྩོགས་པའི་ཆོས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར།  
 འདོད་མི་རུས་སོ། །གཞན་ཡང་། གཟུགས་བདེན་སྟོང་སྦྱ་མ་ལྟ་བུ་ཆོས་ཅན།  
 དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། ཏྲགས་སྒོ།

༥ གཉིས་པ་རང་གི་ལུགས་ལ་ཐེག་དམན་གྱི་རྩོགས་རིགས་སུ་གནས་  
 པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས། སེམས་དཔའི་གཞི་ཤེས་སྦྱོར་བའི་མཆན་ཉིད།  
 དེ་ལ་ཟིན་བྱེད་གྱི་སྒྲོན་ས་དབྱེ་ན། སྒར་བཤའ་ལྟར་བཅུ་ཡོད། འདིའི་དངོས་  
 བསྟན་གྱི་གཙོ་བོའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་སེམས་དཔའི་གཞི་ཤེས་སྦྱོར་བ་ནི།  
 ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་ལ་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་བཤའ་ལས། འདིར་བཤའ་  
 པར་བྱ་བའི་གཙོ་བོ་གཞི་ཤེས་སྦྱོར་བ་ནི། མཐོང་ལམ་གྱི་སྐབས་སུ་བྱང་  
 རྒྱུ་སེམས་དཔའི་རྒྱད་གྱི་འདའ་བར་བྱ་བའི་མཛོན་རྩོགས་དེའི་རྒྱ་མི་ཏྲག་  
 སོགས་བཅུ་དྲུག་གི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྦྱོར་ལམ་དེ་ཉིད་ཡིན་ལ།  
 ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། རང་འཛིན་རྩོག་པས་སྦྱོ་བཏགས་ཅམ། ཀྱན་



བཏགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་དམ་རང་ཉིད་ཀྱན་བཏགས་ཡིན་པའི་མཆན་ཉིད། དེ་  
ལ་མཆན་ཉིད་ཡོངས་ཆད་ཀྱི་ཀྱན་བཏགས་དང་། རྣམ་གྲངས་པའི་ཀྱན་  
བཏགས་གཉིས། དང་པོ་ནི། ལྷ་གྲུ་བདེན་པར་གྲུབ་པ་ལྟ་བུ། ཕྱི་མ་ནི། ལྷ་གྲུ་  
རྟག་སྟོང་ལྟ་བུ། རང་གི་རྒྱ་རྒྱུན་ལས་སྦྱེས་པ། གཞན་དབང་གི་མཆན་ཉིད་  
དམ། རང་ཉིད་གཞན་དབང་ཡིན་པའི་མཆན་ཉིད། དེ་ལ་དག་མ་དག་གི་  
གཞན་དབང་གཉིས། དང་པོ་ནི། རྣམ་མཐུན་ལྟ་བུ། ཕྱི་མ་ནི་བདེན་འཛིན་ལྟ་  
བུ། རྣམ་དག་ལམ་གྱི་དམིགས་པ་མཐར་ཐུག། ཡོངས་གྲུབ་ཀྱི་མཆན་ཉིད།  
དེ་ལ་སྒྲས་བརྗོད་རིགས་ཀྱིས་དབྱེ་ན། འགྱུར་མེད་ཡོངས་གྲུབ་དང་། ཕྱིན་ཅི་  
མ་ལོག་པའི་ཡོངས་གྲུབ་གཉིས། དང་པོ་དང་ཆོས་ཉིད་དོན་གཅིག། ཕྱི་མ་ནི།  
སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ལྟ་བུ། གཟུགས་ལྟ་བུའི་བར་  
ནས་མཆན་ཉིད་གསུམ་འཛོག་ཚུལ་ཡོད་དེ། གཟུགས་གཟུགས་ཀྱི་སྟོང་གི་  
གཞན་དབང་དང་། གཟུགས་ལ་བདེན་པར་སྒྲོ་བཏགས་པའི་བཏགས་ཆ་དེ་  
ཀྱན་བཏགས་དང་། བཏགས་པ་ལྟར་བདེན་པར་མ་གྲུབ་པ་དེ། དེའི་སྟོང་གི་  
ཡོངས་གྲུབ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

༥ གསུམ་པ་ཅོད་པ་སྟོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་མངོན་  
སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་ཆོས་ཅན། སེམས་དཔའི་གཞི་  
ཤེས་སྒྲོར་བ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་དམན་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པའི་

སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་  
པར་ཐལ། སེམས་དཔའི་གཞི་ཤེས་དངོས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ།  
ཁ་ཅིག་གཟུགས་བདེན་གྲུབ་ཆོས་ཅན། ཀྱན་བཏགས་ཡིན་པར་ཐལ། མཆོན་  
ཉིད་ཡོངས་ཆད་ཀྱི་ཀྱན་བཏགས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། མེད་ངེས་ཡིན་  
པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞན་དབང་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་  
ཐལ། གཟུགས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། ཀྱན་བཏགས་ཀྱི་གཟུགས་ཡིན་  
པའི་སྤྱིར་ན་རེ་ཞིག་མ་ཁྲབ། ཏགས་དེར་ཐལ། གཟུགས་ཀྱི་སྟང་གི་ཀྱན་  
བཏགས་ཀྱི་གཟུགས་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ན། མ་ཁྲབ། ཁོ་ན་རེ། གཟུགས་བདེན་  
སྟང་ཆོས་ཅན། ཡོངས་གྲུབ་ཡིན་པར་ཐལ། ཆོས་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར། འདོད་  
ན། མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞན་དབང་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། འདུས་བྱས་  
ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། གཟུགས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཉིད་ཀྱི་  
གཟུགས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། མ་ཁྲབ་པའམ། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། གཟུགས་ཀྱི་  
སྟང་གི་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་གཟུགས་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ན། མ་ཁྲབ། ཁ་ཅིག་ ལྷ་གུ་  
བདེན་སྟང་ཆོས་ཅན། ཡོན་ཏན་ཡིན་པར་ཐལ། ཡོན་ཏན་ཀྱི་རྟེན་དུ་རྫོགས་  
པའི་སྤྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། མ་གྲུབ་ན་དེར་ཐལ། རང་ཉིད་ལ་དམིགས་ནས་  
བསྐྱོམས་པས་རྟེན་པ་གོང་འཕེལ་དུ་འགྱུར་པའི་སྤྱིར། འབྲེལ་སྟེ། སྐབས་  
འདིར་ཡོན་ཏན་ཀྱི་རྟེན་དུ་རྫོགས་མ་རྫོགས་ནི་བྱུང་པར་དེ་དང་ལྡན་མི་ལྡན་

གྱི་སྒྲོན་ས་འཛོག་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན་སྒྲ། ཁ་ཅིག་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་མ་  
མོ་ཆོས་ཅན། ཡོན་ཏན་གྱི་ཉེན་དུ་རྫོགས་པར་ཐལ། ཡོངས་གྲུབ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་དག་ལམ་གྱི་དམིགས་པ་མཐར་ཐུག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། ཉོན་སྒྲིབ་དག་པར་འགྱུར་པའི་རྣམ་དག་ལམ་གྱི་དམིགས་པ་  
མཐར་ཐུག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཡོན་  
ཏན་གྱི་ཉེན་དུ་མ་རྫོགས་པར་ཐལ། ཀྱན་རྫོབ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་  
ཁྲབ། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སྟོང་  
ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྫོགས་པའི་སྒྲོབ་པའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན། ཡོངས་གྲུབ་  
ཡིན་པར་ཐལ། ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་ཡོངས་གྲུབ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་  
ཁྲབ། ཉགས་དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་ཕྱིར། ཁྲབ་སྟེ། དེ་ཡིན་ན། དུལ་ཅན་  
དོན་དམ་བདེན་པ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར།

### འཇིན་སྒྲངས་མཉམ་ཉིད།

༥ གཉིས་པ་རང་བཞིན་ནི། གཟུགས་ལ་སོགས་ལ་རྫོམ་མེད་པ། རྣམ་  
བཞི་དེའི་མཉམ་པ་ཉིད། ཁ་ཅིག་གསུངས་ཏེ། དོན་ནི། འགྲེལ་བར། གཟུགས་  
ལ་སོགས་པ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་དང་། ཞེས་པ་ནས། མཉམ་པ་ཉིད་ཡིན་  
ནི། ཞེས་པའི་བར་གསུངས། འཕྲོས་ནི། གཟུགས་རྫོམ་སེམས་སུ་མི་བྱེད།  
གཟུགས་ཀྱིས་རྫོམ་སེམས་སུ་མི་བྱེད། གཟུགས་བདག་གི་ཞེས་བྱ་བར་

ཆོམ་སེམས་སུ་མི་བྱེད། གཟུགས་ལ་ཆོམ་སེམས་སུ་མི་བྱེད། ཅེས་སོགས་  
གྱི་མདོ་ལས་འཕྲོས་སོ། །

འདིའི་སྐབས་སུ་གཉིས། ཆོག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་  
ནི། ཞེས་བྱ་ཆོས་ཅན། འདིར་བསྟན་སེམས་དཔའི་གཞི་ཞེས་སྦྱོར་བ་དེ་མི་  
མཉམ་པ་ཉིད་དེ་ལ་རྣམ་པ་བཞི་ཡོད་དེ། དུལ་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོ་  
དང་མཆོན་མ་དང་དབྱེ་བ་དང་ཡུལ་ཅན་ལ་བདེན་པར་ཆོམ་པ་མེད་པའི་  
སྦྱོར་བ་རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་། དུལ་  
ཡུལ་ཅན་ལ་བདེན་ཞེན་འགོག་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཞེས། སེམས་དཔའི་  
གཞི་ཞེས་སྦྱོར་བའི་མཉམ་ཉིད་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་བར་  
ཆད་མེད་ལམ་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ། མཆོན་ཉིད་དེའི་བྱིར། འདོད་  
ན། སེམས་དཔའི་གཞི་ཞེས་སྦྱོར་བ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་  
ན། ཐེག་དམན་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་  
མི་རུས་སོ། །ཁ་ཅིག་ དུལ་ཡུལ་ཅན་བདེན་སྟོང་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་པའི་  
སེམས་དཔའི་ཡེ་ཞེས། སེམས་དཔའི་གཞི་ཞེས་སྦྱོར་བའི་མཉམ་ཉིད་གྱི་  
མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། གང་ཟག་གྱི་བདག་མེད་མདོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་  
ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་བྱིར།

དེར་ཐལ། ཐེག་དམན་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་  
ཤེས་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་ན། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་  
ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། །ཁ་ཅིག སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བྱིན་ཅིང་།  
ཉན་ཐོས་ཀྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས། སེམས་  
དཔའི་གཞི་ཤེས་སྒྲོར་བའི་མཉམ་ཉིད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་བེར་ན། གཟུགས་བྱི་  
རོལ་དོན་གྱིས་སྟོང་བ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་  
ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་བྱིར། འདོད་ན། ཉན་ཐོས་ཀྱི་  
རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་  
ཅིག སེམས་དཔའི་གཞི་ཤེས་སྒྲོར་བ་ཡིན་ན། སེམས་དཔའི་གཞི་ཤེས་  
སྒྲོར་བའི་མཉམ་ཉིད་ཡིན་པས་བྱིན་བེར་ན། བདེན་འཛིན་གྱིས་བཅིངས་  
བཞིན་དུ་འདུས་བྱས་མི་རྟག་པར་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོགས་ལམ་ཆོས་  
ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་དམན་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་  
པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་ན། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་  
ཤེས་རབ་ཀྱིས་བྱིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། བྱིན་སྟེ། མཉམ་ཉིད་ཅེས་  
པས་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བྱིན་དགོས་པར་བསྟན་པའི་བྱིར།  
དེར་ཐལ། དེ་ལ་མཉམ་ཉིད་ཀྱི་མིང་སྟོས་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་པའི་བྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། སེམས་དཔའི་གཞི་ཤེས་སྒྲོར་བའི་ཡུལ་



ཡུལ་ཅན་བདེན་སྟོང་དུ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟེན་པའི་སློན་ས་ཉན་  
ཐོས་ཀྱི་རྟོགས་རིགས་གནས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་དོན་མངོན་རྟོགས་དེ། སྐབས་  
འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་སེམས་དཔའི་གཞི་ཤེས་སྒྱུར་བའི་མ་ཉིད་ཀྱི་  
མཆན་ཉིད། སྒྱུར་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟེན་པའི་སློན་ས་ཐེག་  
དམན་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས། སེམས་  
དཔའི་གཞི་ཤེས་སྒྱུར་བའི་མཉམ་ཉིད་ཀྱི་མཆན་ཉིད། མཆན་གཞི་ནི་མི་རྟག་  
སོགས་བཅུ་དྲུག་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྱུར་ལམ་ལྟ་བུའོ།

༥ གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྟོང་ལ། ཁ་ཅིག་སེམས་དཔའི་གཞི་ཤེས་སྒྱུར་  
བའི་མཉམ་ཉིད་ཡིན་ན། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ།  
དེ་ཡིན་ན། སེམས་དཔའི་གཞི་ཤེས་སྒྱུར་བའི་ཡུལ་ཡུལ་ཅན་བདེན་སྟོང་  
མཉམ་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་  
ལྟར་དགོས་པ་ནམ་བཤད་ལས་གསུངས་པའི་བྱིར་ཟེར་ན། སྒྱུན་མེད་དེ། དེ་  
ནི་ཟེན་ལ་དགོངས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ཐེག་དམན་གྱི་རྒྱུད་ལ་སེམས་དཔའི་  
གཞི་ཤེས་སྒྱུར་བའི་མཉམ་ཉིད་མེད་པར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་  
པའི་ཤེས་ཀྱིས་ཟེན་པས་བྱུང་བའི་བྱིར། འདོད་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དེའི་  
རྒྱུད་ལ་གཞི་ཤེས་སྒྱུར་ཡོད་པའི་བྱིར་ན། མ་བྱུང་།

## མཐོང་ལམ།

༺ གསུམ་པ་སྒྲུབ་བ་བསྐྱོམ་པའི་འབྲས་བུ་བཤད་པ་ལ་གཉིས། སྐད་  
གཅིག་མ་མདོར་བསྟན་པ། རྣམ་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། སྤྱག་  
བསྐྱལ་ལ་སོགས་བདེན་པ་ལ། །ཞེས་སོགས་རྒྱང་པ་བཞི་གསུངས་ཏེ། དོན་  
ནི། བྱང་སེམས་མཐོང་ལམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱལ་ལ་སོགས་པའི་བདེན་  
པ་བཞི་པོ་སོ་སོ་ལ་དམིགས་ནས་ཆོས་ཤེས་པའི་བཟོད་པ་དང་། རྩེས་སུ་  
ཤེས་པའི་བཟོད་པ་དང་། ཆོས་དང་རྩེས་སུ་ཤེས་པའི་མཐོང་ལམ་སྐད་ཅིག་  
མ་བཙུ་བྱུག་གི་བདག་ཉིད་འདི་ཆོས་ཅན། ཀུན་ཤེས་པའི་ཚུལ་མཐོང་ལམ་  
པའི་ལམ་ཡིན་ཏེ། འདའ་བྱེད་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་བདེན་པ་མདོན་རྟོགས་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། ཞེས་འཆད་པ་ལ། འགྲེལ་པར། བདེན་པ་སོ་སོ་ལ་ཆོས་ཤེས་པའི་  
བཟོད་པ་དང་། ཞེས་པ་ནས། ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱབས་སུ་མཐོང་  
བའི་ལམ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། གཟུགས་ཏྲག་མ་ཡིན་མི་ཏྲག་  
མིན། །ཞེས་པ་ནས། ཀུན་ཤེས་ཉིད་ཀྱི་སྐད་ཅིག་མ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས་  
ཏེ། དོན་ནི་འགྲེལ་པར། རོ་བོ་ཉིད་མེད་པའི་ཕྱིར་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཏྲག་  
པ་དང་མི་ཏྲག་པ་ཉིད་དང་བྲལ་བས་ན། ཞེས་པ་ནས། ཤེས་པ་སྐྱེ་བ་མེད་པ་  
ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལམ་ཀྱི་བདེན་པ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་པའི་བར་གསུངས། ཤེས་བྱ་

ཆོས་ཅན། ཅ་འབྲེལ་དེ་དག་གང་ལས་འཕྲོས་པ་ཡོད་དེ། རབ་འབྱོར་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་བྱམས་པ་སློན་མེད་པ་ཡང་དག་  
པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་མངོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་ནས་  
གཟུག་ཏུ་གཏེས་བྱ་བའམ། མི་ཏྲག་ཅེས་བྱ་བར་ཆོས་སྟོན་པར་མི་འགྱུར་  
རོ། ། ཞེས་པ་ནས། རབ་འབྱོར་གལ་ཏེ་བྱང་ཆེན་གྱི་ཤེར་ཕྱིན་ལ་སྦྱོད་པ་ཆོ།  
དེ་ལྟར་རྣམ་པར་མི་རྟོག་ །དེ་ལྟར་མི་དམིགས་ཏེ། དེ་ལྟར་འཕྲོ་བར་ཡང་མི་  
བྱེད་ན་ཤེར་ཕྱིན་ལ་སྦྱོད་པ་འོ། །ཞེས་པའི་བར་གྱི་མདོ་ལས་འཕྲོས་པའི་  
ཕྱིར།

འདིའི་སྐབས་སུ་གཉིས་ཆིག་ འོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་  
ལ་གཉིས། སོ་སོར་བཤད་པ་དང་། འོན་བསྐྱུ་བའོ། །དང་པོ་ནི། སྐྱག་བསྐྱེལ་  
གྱི་བདེན་པས་བསྐྱེས་པའི་གཟུགས་སོགས་ཆོས་ཅན། འོན་དམ་པར་ཏྲག་པ་  
ཡང་མ་ཡིན་མི་ཏྲག་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། འོན་དམ་པར་ཏྲག་མི་ཏྲག་དང་བྲལ་  
བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འོན་དམ་པར་ངོ་མོ་ཉིད་མེད་པའི་ཕྱིར། ཏྲགས་འདི་འོག་  
མ་རྣམས་ལ་ཡང་སྦྱོར། སྐྱག་བདེན་གྱི་རྣམ་པ་ནི། འོན་དམ་པར་ཏྲག་ཆད་གྱི་  
མཐའ་ལས་འདས་པ་དང་། སྐྱག་བསྐྱེལ་འོན་གཞན་གྱིས་སྦྱོང་པ་རང་བཞིན་  
གྱིས་རྣམ་པར་དག་པ་དང་། སྐྱག་བསྐྱེལ་རང་དབང་བའི་བདག་གི་ངོ་མོར་མ་  
གྲུབ་པ་འོན་དམ་པར་མ་སྦྱེས་པ་དང་མ་འགགས་པ་སོགས་གྱིས་ཀུན་ནས་

ཉོན་མོངས་པ་དང་ནམ་པར་བྱང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། རིམ་པ་བཞིན་དོན་དམ་པར་  
 སྐྱག་བསྐྱེལ་དང་སྐྱག་བསྐྱེལ་མ་ཡིན་པ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་དང་། སྟོང་མི་སྟོང་  
 དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་དང་། བདག་དང་བདག་མེད་པ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་  
 དག་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་སྐྱག་བསྐྱེལ་ཤེས་བཟོད་ཀྱི་དམིགས་  
 ཡུལ་ཡིན་ཏེ། དེས་སྟོང་དེ་ལྟར་དོན་དམ་པར་མ་གྲུབ་པར་མངོན་སུམ་དུ་  
 ཉོགས་པའི་ཕྱིར། གུན་འབྱུང་ནི་དོན་དམ་པར་མ་གྲུབ་པ་ནམ་མཁའ་དང་འབྲེ་  
 བ་དང་། ཆགས་པ་ལ་སོགས་པའི་སྲིད་པ་དོན་དམ་པར་གྲུབ་པ་སྤངས་པ་  
 དང་། དེ་དག་དོན་དམ་པར་ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་ལས་གྲོལ་བ་དང་། དེ་དོན་  
 དམ་པར་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་བཟོད་དུ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། རིམ་པ་བཞིན་སྐྱག་བསྐྱེལ་  
 ཀྱི་རྒྱ་དང་དེའི་རྒྱ་མ་ཡིན་པ་དང་། གུན་འབྱུང་དང་གུན་འབྱུང་མ་ཡིན་པ་  
 དང་། རབ་སྐྱེ་དང་རབ་སྐྱེ་མ་ཡིན་པ་དང་། རྒྱུན་དང་རྒྱུན་མ་ཡིན་པར་དོན་  
 དམ་པར་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། དེ་དག་ཆོས་ཅན། གུན་འབྱུང་ཤེས་བཟོད་ཀྱི་  
 དམིགས་པ་ཡིན་ཏེ། དེས་དེ་ལྟར་དོན་དམ་པར་མ་གྲུབ་པར་མངོན་སུམ་དུ་  
 ཉོགས་པའི་ཕྱིར། འགོག་པའི་བདེན་པ་འདིའི་དོན་སྐྱག་བསྐྱེལ་སྤང་བའི་བྲལ་  
 བ་ནི། དོན་དམ་པར་མེད་པའི་རྒྱ་མཆོན་གང་གི་ཕྱིར་ན་དེའི་ཆོག་ཏུ་བཟོད་  
 པ་ཡིས་གཞན་རྒྱུད་ལ་དོན་དམ་པར་སྦྱིན་དུ་མེད་པ་དང་། བྲལ་བ་དེ་  
 དམིགས་པ་དོན་དམ་པར་མེད་པར་བྱེད་པ་དང་། རྟག་ཆད་ལས་འདས་ཤིང་

རང་བཞིན་གྱིས་ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་དག་པ་དང་། རང་ཐམས་ཅད་མི་འབྱུང་  
 པའི་པན་ཡོན་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ཏེ། རིམ་པ་བཞིན་འགོག་པ་དང་འགོག་པ་མ་  
 ཡིན་པ་དང་། ཞི་པ་དང་ཞི་བ་མ་ཡིན་པ་དང་། བྱ་ལོ་དང་བྱ་ལོ་མ་ཡིན་པ་  
 དང་། དེས་འབྱུང་དང་དེས་འབྱུང་མ་ཡིན་པར་དོན་དམ་པར་མ་གྲུབ་པའི་  
 ཕྱིར། དེ་དག་ཆོས་ཅན། འགོག་པ་ཤེས་བཟོད་ཀྱི་དམིགས་པ་ཡིན་ཏེ། དེས་  
 དེ་ལྟར་དོན་དམ་པར་མ་གྲུབ་པར་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། ལྟོང་ཉིད་  
 མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ལམ་གྱི་བདེན་པ་ནི། དཔྱུལ་བ་ལ་སོགས་པའི་  
 རན་སོང་ཆད་པ་དང་། རྒྱན་ཞུགས་སོགས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ནི་མངོན་དུ་བྱ་བ་ལ་  
 དོན་དམ་པར་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ཉིད་དང་། དོན་དམ་པར་གྲུབ་པའི་མཆོན་  
 མ་དག་དང་མ་འབྲེལ་བ་དང་། བརྗོད་བྱའི་དངོས་པོ་དང་རྗོད་བྱེད་ཀྱི་མིང་སོ་  
 སོ་དང་དོ་གཉིས་པོ་ལ་གཉིས་དང་བཅས་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཤེས་པ་སྦྱོར་བ་མེད་  
 པ་ནི་ཡིན་ཏེ། རིམ་པ་བཞིན་ལམ་དང་ལམ་མ་ཡིན་པ་དང་། རིགས་པ་དང་  
 རིགས་པ་མ་ཡིན་པ་དང་། སྦྱབ་པ་དང་སྦྱབ་པ་མ་ཡིན་པ་དང་། དེས་འབྱིན་  
 དང་དེས་འབྱིན་མ་ཡིན་པར་དོན་དམ་པར་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། དེ་དག་ ཆོས་  
 ཅན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་ལམ་ཤེས་བཟོད་ཀྱི་དམིགས་པ་ཡིན་ཏེ། དེས་དེ་  
 ལྟར་དོན་དམ་པར་མ་གྲུབ་པར་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་དོན་བསྐྱུ་བ་ནི། ཀུན་ཤེས་ཀྱི་སྐད་ཅིག་མ། །ཞེས་གསུངས་



ཏེ། རོན་ནི། སྒར་བཤད་པའི་ཀུན་ཤེས་ཉིད་ཀྱི་ཤེས་བཟོད་སྐད་ཅིག་མ་བཙུ་  
 གྲུག་པོ་ཆོས་ཅན། བྱང་སེམས་ཀྱི་མཐོང་བའི་ལམ་ཡིན་ཏེ། དེའི་བདེན་པ་  
 མངོན་རྟོགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་འཆད་པ་ལ། འགྲེལ་པ་ལས། དེ་ལྟ་བུའི་  
 རྣམ་པ་ཅན་ཀྱི་ཀུན་ཤེས་པ་ཉིད་ཀྱི་སྐད་ཅིག་མ་དེ་དག་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་རྣམས་ཀྱི་མཐོང་བའི་ལམ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། ཁ་ཅིག་སྒྲོས་བྲལ་མངོན་  
 སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་བདེན་པ་མངོན་རྟོགས། སྐབས་འདིར་  
 བསྟན་པའི་མཐོང་ལམ་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། མི་རྟག་ལ་སོགས་བཙུ་གྲུག་  
 མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་མཐོང་ལམ་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་  
 དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྐབས་འདིར་འུགས་ལ་བསྟན་  
 པའི་མཐོང་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་བཤད་ལས། འདའ་བུའི་  
 མངོན་རྟོགས་བྱང་སེམས་ཀྱི་མཐོང་ལམ་གྱིས་བསྐྱས་པ་ནི། དངོས་བསྟན་  
 གྱིས་མཐོང་ལམ་དེའི་འུགས་ལ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
 གཞན་ཡང་། ཉན་ཐོས་ཀྱི་མཐོང་ལམ་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ།  
 མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། དེ་དེར་ཐལ། རྣམ་བཤད་ལས། འདིས་ཉན་ཐོས་རང་  
 རྒྱུད་ཀྱི་མཐོང་ལམ་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རྒྱུད་ལ་བསྐྱོམ་པར་བྱ་བ་  
 ཤེས་མཐོང་གིས་བསྐྱས་ནས་འདའ་བར་བྱ་བའི་མཐོང་ལམ་གཉིས་ཀ་

བསྐྱུས་ནས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། གཉིས་ཀ་ལ་འདོད་  
པར་མི་རྒྱས་སོ། །ཁ་ཅིག འདིའི་བྱེད་ཀྱི་ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་ཡིན་ན།  
སྐབས་འདིར་དངོས་བསྐྱེད་ཀྱི་འདའ་བྱེད་མཐོང་ལམ་ཡིན་པས་བྱུང་ན། གང་  
ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་འདའ་བྱེད་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་མཐོང་ལམ་ཆོས་  
ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དམན་པའི་ས་ལས་འདའ་བྱེད་ཀྱི་ཐེག་  
ཆེན་མཐོང་ལམ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་ཀྱི་མཐོང་ལམ་ཡིན་  
པའི་བྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། སྐབས་འདིར་བྱུགས་ལ་བསྐྱེད་པའི་འདའ་བྱེད་  
མཐོང་ལམ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་བཤའ་ལས། འདིར་དངོས་སུ་  
བསྐྱེད་པའི་མཐོང་ལམ་འདའ་བྱེད་དང་། བྱུགས་ལ་བསྐྱེད་པའི་འདའ་བྱེད་  
མཐོང་རྟོགས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
གནས་ནས་འདའ་བ་དང་། ཞེས་མཐོང་གིས་བསྐྱེད་ནས་འདའ་བའི་མཐོང་  
ལམ་གང་རུང་ཡིན་ན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རང་རྒྱུད་ཀྱི་མཐོང་ལམ་ཡིན་  
པས་བྱུང་བ་ན། ཉན་རང་གི་མཐོང་ལམ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར།  
དེར་ཐལ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་ཞེས་མཐོང་གིས་བསྐྱེད་ནས་འདའ་བའི་  
མཐོང་ལམ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་བཤའ་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔས་ཉན་རང་གིས་ལ་མཐོང་ལམ་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཞེས་མཐོང་གིས་བསྐྱེད་  
ནས་དེ་ལས་འདའ་བར་བྱེད་པ་དེ་ཡིན་ལ། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། ཁོ་ན་

རེ། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། བྱང་སེམས་ཀྱིས་ཤེས་མཐོང་གིས་བལྟས་ནས་  
འདའ་བའི་དོན་བྱང་སེམས་རང་རྒྱུད་ལ་བསྐྱེད་ནས་ཤེས་ཞིང་མཐོང་བའི་སྒྲོ་  
ནས་འདའ་བའི་དོན་ཡིན་གྱི། མིག་གིས་གཟུགས་ལ་བལྟས་ནས་འདའ་བལྟ་  
བྱ་བྱ་མ་ཡིན་པར་བཤད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། སྒྲོན་མེད་དེ། དེ་ནི་བྱང་སེམས་  
རང་རྒྱུད་ཀྱི་འདའ་བའི་ལམ་ལ་དགོངས་པའི་ཕྱིར། །

གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ་རྣམ་བཤད་ལྟར་ན་སྒྲོས་བྲལ་མངོན་སུམ་དུ་  
རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་བདེན་པ་མངོན་རྟོགས། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་  
བསྟན་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་གྱི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་  
ལམ་ཤེས་བཅོད་སྐད་ཅིག་མ་བཙུ་བྱུག་ཡོད། འོན་ཀྱང་མཁས་པ་ཁ་ཅིག་མི་  
རྟོག་ལ་སོགས་བཙུ་བྱུག་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་  
འདིའི་དངོས་བསྟན་གྱི་གཙོ་བོ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་ཀྱང་རྩ་འགྲེལ་དང་མི་  
མཐུན་སྟུང་མོ།

༥ གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྒྲོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་དམན་ལམ་སྒྲོན་དུ་སོང་བའི་  
ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཆོས་ཅན། སྐབས་འདིར་དངོས་  
སུ་བསྟན་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་ཡིན་པར་ཐལ། སྒྲོས་བྲལ་མངོན་སུམ་  
དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་བདེན་པ་མངོན་རྟོགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཆོས་

ཅན། སྐབས་འདིར་དངོས་བསྟན་བསྟན་བྱའི་གཙུག་པོ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་  
པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། ཡང་ཁ་ཅིག་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་ཆོས་ཅན།  
མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་  
ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པ་གང་ཞིག།  
ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། འོ་ན་ཐེག་ཆེན་གྱི་  
མཐོང་ལམ་ཆོས་ཅན། སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་  
མཐོང་ལམ་ཡིན་པར་ཐལ། སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་གང་ཞིག་ཐེག་  
ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་པ་ཁས། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན།  
བྱང་སེམས་རྗེས་སྐྱོབ་པའི་རྒྱུད་ལ་སྟོང་མེད་པར་ཐལ། སྟོང་སྟོང་ཉིད་མངོན་  
སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་ཅིག་ཐེག་  
ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་གཞལ་བྱར་བྱར་པའི་ཀུན་རྫོབ་  
བདེན་པ་ཡོད་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་ཤེས་བཟོད་སྐྱད་ཅིག་བརྟ་  
བྱུག་གི་གཞལ་བྱར་བྱར་པའི་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
དེ་བརྟ་བྱུག་གི་ཡུལ་དུ་བྱར་པའི་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་  
ཐལ། དེ་བརྟ་བྱུག་གི་དམིགས་ཡུལ་དུ་བྱར་པའི་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ཡོད་  
པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། མ་གྲུབ་ན་དེར་ཐལ། དེའི་དམིགས་ཡུལ་དུ་བྱར་  
པའི་བདེན་བཞིའི་རྣམ་པ་བརྟ་བྱུག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གཟུགས་རྟག་

མ་ཡིན་ཞེས་སོགས་ཀྱིས་དེ་ཡོད་པར་བསྟན་པའི་བྱིད།

སྒྲོམ་ལམ་དངོས་སྤྱུ་མ་སྟོན་པའི་སྒྲུབ་བྱེད།

༥ འདིར་འགྲེལ་བ་ལས། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་  
ཡོངས་སུ་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡིན་གྱི། མངོན་དུ་བྱ་བ་ནི་མ་ཡིན་པས་བསྒྲོམ་  
པའི་ལམ་ནི་མ་བསྟན་ཏོ། །ཞེས་པའི་སྒྲུབས་སུ་ཁ་ཅིག་སྒྲུབས་འདིར་སྒྲོམ་  
ལམ་དངོས་སུ་མ་བསྟན་ཞེས་གསུངས་པ་ནི། གཙུག་པོར་བདག་མེད་མངོན་  
སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་དམན་གྱི་སྒྲོམ་ལམ་ལ་དགོངས་པ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་  
མི་འབྲད་པར་ཐལ། ཉི་སྒྲུང་ལས། ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་ཉིད་ལ་སྒྲོམ་པའི་ལམ་  
མེད་པའི་བྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་གང་ཞིག་ཐེག་དམན་པ་ལ་བདག་མེད་  
གཙུག་པོར་བསྒྲོམ་པའི་གཞི་ཤེས་སུ་གྱུར་པའི་སྒྲོམ་ལམ་མེད་པ་མི་འབྲད་  
པའི་བྱིད། ཁ་ཅིག་དེ་ལྟར་གསུངས་པ་ནི་གཙུག་པོར་སྒྲོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཐེག་  
ཆེན་གྱི་སྒྲོམ་ལམ་ལ་བྱེད་པ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་ཡང་མི་འབྲད་པར་ཐལ། དེ་  
འདྲའི་སྒྲོམ་ལམ་དེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་གཙུག་པོར་བསྒྲོམ་དགོས་པའི་  
བྱིད། འབྲེལ་སྟེ། འདིར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་གོམས་པ་ལྟར་ལེན་གྱི་ཚུལ་  
ཀྱིས་གཙུག་པོར་མི་སྒྲོམ་པའི་སྒྲོམ་ལམ་ཞིག་དངོས་སུ་མི་སྟོན་པའི་དོན་དུ་  
འཆད་པ་གཙུག་པོར་བྱེད་དགོས་པའི་བྱིད།

༥ རང་ལུགས་ལ་རྩོད་པ་དང་ལན་གཉིས། དང་པོ་ནི། གཟུགས་ཉག་



མ་ཡིན་མི་ཏྲག་མིན། །ཞེས་པ་ནས། ཀུན་ཤེས་ཉིད་ཀྱི་སྐད་ཅིག་ལ། །ཞེས་  
པའི་བར་གྱི་གཞུང་རྫོགས་མ་ཐག དེ་ལྟར་འདི་དང་ཡང་འདི་ཞེས་པའི་གཞུང་  
མ་བརྩམས་པའི་བར་དེར་མི་ཏྲག་ལ་སོགས་བཅུ་དྲུག་གོམས་པ་ལྟར་ལེན་  
ཀྱི་ཚུལ་གྱིས་བསྒྲོམ་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོམ་ལམ་དངོས་སུ་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་  
གཞུང་ཞིག་འབྱུང་རིགས་པ་ལས་མི་འབྱུང་བ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དཔེར་ན།  
སྐབས་གཉིས་པར། བདེན་དང་བདེན་ལ་བཟོད་པ་དང་། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་  
མཐོང་ལམ་བསྟན་རྗེས་དེའི་རིགས་རྒྱན་དུ་གྱུར་པའི་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་  
རྫོགས་ཤིང་གོམས་པ་ལྟར་ལེན་ཀྱི་ཚུལ་གྱིས་བསྒྲོམ་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོམ་  
ལམ་དངོས་སུ་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་གཞུང་འབྱུང་བ་བཞིན་ཡིན་པའི་བྱིར། ཟེར་ན།

༥ གཉིས་པ་ལན་བཤད་པ་ལ། སྒར་བཤད་པའི་སྐབས་དེར་དེ་ལྟ་བུའི་  
སྒྲོམ་ལམ་དངོས་སུ་མི་སྟོན་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། དེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔས་ཤེས་མཐོང་གིས་བལྟས་ནས་འདའ་བའི་ལམ་དུ་སྟོན་མི་དགོས་ཤིང་  
གནས་ནས་འདའ་བའི་ལམ་དུ་སྟོན་མི་རིགས་པའི་བྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ།  
གཟུགས་ཏྲག་མ་ཡིན་མི་ཏྲག་མིན། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་མི་ཏྲག་ལ་སོགས་བཅུ་  
དྲུག་མངོན་སུམ་དུ་རྫོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་དེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔས་ཤེས་མཐོང་གིས་བལྟས་ནས་འདའ་བའི་ལམ་དུ་བསྟན་པ་ལ་བརྟེན་  
ནས། དེའི་རིགས་རྒྱན་དུ་གྱུར་པའི་མི་ཏྲག་ལ་སོགས་བཅུ་དྲུག་མངོན་སུམ་

དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོམ་ལམ་ཡང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་ཤེས་  
མཐོང་གིས་བསྟུས་ནས་འདའ་བའི་ལམ་དུ་གོ་རུས་པའི་ཕྱིར། གོང་གི་ཕྱི་མ་  
དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་ཀྱིས་མི་རྟག་ལ་སོགས་བཅུ་དྲུག་མངོན་སུམ་དུ་  
རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་གོམས་པ་ལྟར་ལེན་གྱི་ཚུལ་གྱིས་མི་བསྒྲོམ་པས་དེ་  
འདྲའི་སྒྲོམ་ལམ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སྐབས་གསུམ་པར་དངོས་སུ་མི་  
སྟོན་རྒྱུའི་སྒྲོམ་ལམ་མེད་པར་ཐལ། མི་རྟག་ལ་སོགས་བཅུ་དྲུག་མངོན་སུམ་  
དུ་རྟོགས་ཤིང་གོམས་པ་ལྟར་ལེན་གྱི་ཚུལ་གྱིས་བསྒྲོམ་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་  
སྒྲོམ་ལམ་དེ་སྐབས་གསུམ་པར་དངོས་སུ་མི་སྟོན་རྒྱུ་ཡིན་པ་གང་ཞིག དེ་  
འདྲའི་སྒྲོམ་ལམ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲལ། འདོད་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ།  
སྒྲོམ་ལམ་ཡིན་ན། དེ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྐབས་གསུམ་པར་  
སྒྲོམ་ལམ་དངོས་སུ་མི་སྟོན་པ་ལ་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་  
མི་རྟག་ལ་སོགས་བཅུ་དྲུག་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་ཤིང་གོམས་པ་ལྟར་ལེན་  
གྱི་ཚུལ་གྱིས་བསྒྲོམ་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོམ་ལམ་ཆོས་ཅན། སྐབས་གསུམ་  
པར་དངོས་སུ་མི་སྟོན་རྒྱུའི་སྒྲོམ་ལམ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། མེད་ངེས་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། ཟེར་ན། དེ་ཞིག་མ་ཁྲལ། ཁ་ཅིག་ འབྲེལ་བར་བསྒྲོམ་པའི་ལམ་ནི་མ་  
བསྟན་ཏོ། །ཞེས་པའི་དོན་གཙོ་བོར་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་  
ཆེན་གྱི་སྒྲོམ་ལམ་དེ། སྐབས་གསུམ་པར་དངོས་སུ་མ་བསྟན་པའི་དོན་ལ་

བྱེད་རིགས་པར་ཐལ། དེས་དེ་འདྲི་ཐེག་ཆེན་སྒྲོམ་ལམ་དེ། སྐབས་གསུམ་  
པར་དངོས་སུ་མ་བསྟན་པར་བཤད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་བྲལ། མ་བྲལ་ན།  
དེར་ཐལ། དེས་སྐབས་གསུམ་པར་སྒྲོམ་ལམ་དངོས་སུ་མ་བསྟན་པར་བཤད་  
པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྐབས་གསུམ་པར་སྒྲོམ་ལམ་དངོས་སུ་མ་བསྟན་པའི་  
ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐུན་གསུམ་གྱི་མཁུག་བསྐྱ་བ་ནི། དེ་ལྟར་འདི་དང་ཡང་  
འདི་དང་། །ཞེས་པ་ནས། རྫོགས་པར་ཡོངས་སུ་བསྟན་པ་ཡིན། །ཞེས་པའི་  
བར་གསུངས་ཏེ། དོན་ནི། འགྲེལ་བར། །བཤད་མ་ཐག་པའི་ཚུལ་དུ་རྣམ་པ་  
ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་འདི་དང་། །ཞེས་པ་ནས། རྣམ་པ་གསུམ་པོ་ཡོངས་  
སུ་རྫོགས་པར་མཛད་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས། མདོ་འགྲེལ་ནི།  
ཆིག་དོན་དུ་གཏོགས་པས་འདི་དེ་སྐབས་སུ་གཉིས། ཆིག་དོན་དང་། མཐའ་  
དབྱེད་པའོ། དང་པོ་རྩ་བ་ལྟར་ན། དེ་ལྟར་མཐུན་གསུམ་རྒྱས་པར་བསྟན།  
ཡུམ་བར་མ་ལས། རབ་འབྱོར་ཡུམ་འདི་ནི་ཆོས་གང་ཡང་ཐོབ་པར་བྱེད་པ་  
མ་ཡིན། །ཞེས་པ་ནས། འདས་པ་མ་ཡིན། མ་འོངས་པ་མ་ཡིན། ད་ལྟར་བྱང་  
བ་མ་ཡིན། །ཞེས་གསུམ་པོ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱས་པའི་བར་གྱི་གཞི་ཤེས་གྱི་  
མཁུག་སྤྱད་སྟོན་པའི་ཆིག་བཅུ་དགུ་པོ་འདི་དང་། རབ་འབྱོར་དེ་ལྟར་ཁམས་  
གསུམ་ལས་འདའ་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན། ལྷ་ངན་ལས་འདས་པའི་དབྱིངས་ལ་

གནས་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན། ཞེས་སོགས་ཡང་ལམ་ཤེས་ཀྱི་མཁུག་ བསྐྱེད་བའི་ཆོག་འདི་དང་། ཡང་རབ་འབྱོར་ཡུམ་འདི་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་སྟེར་བར་བྱེད་པའམ་འཕྲོག་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན། ཞེས་སོགས་ཀྱི་ཆོག་འདི་ཡིན་ཏེ་མདོ་ཆོག་རྣམ་པ་གསུམ་པོ་འདི་ནི་ཆོས་ཅན། སྤར་མཁྱེན་གསུམ་བཅོད་བྱར་བྱས་པའི་གནས་སྐབས་གསུམ་པོ་དག་གི་མཁུག་རྫོགས་པར་ཡོངས་སུ་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། སྤར་མཁྱེན་གསུམ་རྫོགས་པར་བསྟན་པ་དེ་དག་གི་མཁུག་སྤྱད་སྟོན་པའི་ཆོག་ཡིན་པའི་བྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ། ཁ་ཅིག་ དེ་སྤར་འདི་དང་ཡང་འདི་དང་། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་དོན་གཞི་ཤེས་ཀྱི་མཁུག་སྤྱད་སྟོན་ཚུལ་དང་པོར་བྱས་ནས་འཆད་མི་རིག་པར་ཐལ། དེ་ནི་རྣམ་མཁྱེན་ཀྱི་མཁུག་སྤྱད་སྟོན་ཚུལ་ཐོག་མར་བྱས་ནས་འཆད་དགོས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། འགྲེལ་པ་ལས། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་འདི་དང་། ལམ་ཤེས་པ་ཉིད་འདི་དང་། ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་ཉིད་འདི་སྟེ། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། ཟེར་ན། སྟོན་མེད་དེ། དེ་ནི་གང་བྱས་ཀྱང་མི་འགལ་ཡང་། ཅ་བར་ཡུམ་བར་མའི་མདོ་ནས་མཁུག་སྤྱད་སྟོན་ཚུལ་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་བཤད། འགྲེལ་པར་བརྒྱད་སྟོང་པ་ནས་མཁུག་སྤྱད་སྟོན་པའི་ཚུལ་དང་བསྟན་ནས་བཤད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཁོ་ན་རེ། ཅ་འགྲེལ་དེ་གཉིས་ཀྱི་དོན་མི་མཐུན་པར་ཐལ། འགྲེལ་པར་བརྒྱད་སྟོང་

པ་དང་མཐུན་པར་བཤད་ཅིང་། ཅ་བ་དང་མཐུན་པར་མ་བཤད་པའི་བྱིར་  
ཟེར་ན། དེ་ཞིག་མ་གྲུབ་སྟེ། འགྲེལ་བས་དེ་ལྟར་བཤད་པ་དེ་ཡང་ཅ་བ་དང་  
མཐུན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དུམ་གྱི་མདོ་གསུམ་ག་རྒྱན་གྱི་ཅ་བའི་མདོ་  
ཡིན་པའི་བྱིར། ཡང་ཁོ་ན་དེ། མཐུན་གསུམ་གྱི་མཐུག་སྤྱད་སྟོན་པའི་དུམ་  
གྱི་མདོ་དེ་གཉིས་ཀྱི་དོན་མི་མཐུན་པར་ཐལ། དུམ་གྱི་མདོ་དེ་གཉིས་ཀྱིས་  
མཐུན་གསུམ་གྱི་མཐུག་སྟོན་པའི་གོ་རིམ་མི་མཐུན་པའི་བྱིར། ཟེར་ན། མ་  
ཐུག་ འོ་ན། དུམ་བར་མ་དང་བརྒྱད་སྟོང་པའི་དོན་མི་མཐུན་པར་ཐལ། དེ་  
གཉིས་ཀྱི་མདོ་ཆོག་ཇི་བཞིན་མི་མཐུན་པའི་བྱིར། ཐུབ་པ་ཁས། ཏྲགས་དེར་  
ཐལ། དེ་གཉིས་ཀྱི་ཆོག་ལ་རྒྱས་བསྐྱུས་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ།  
དུམ་བར་མའི་མདོ་ཆོག་རྒྱས་ཤིང་། ཅིག་ཤོས་དེ་ལས་བསྐྱུས་པའི་བྱིར།  
འདོད་མི་བྱས་ཏེ།

བརྒྱད་སྟོང་དོན་བསྐྱུས་ལས།

དེ་ལྟར་ཇི་སྐད་བཤད་ནམས་ཀྱིས། །

བརྒྱད་སྟོང་འདིར་དོན་མ་ཆང་མེད། །

འདིར་གཞུང་བསྐྱུས་པ་ཡིན་འདོད་དེ། །

དོན་ནི་ཇི་སྐད་གསུངས་དེ་ཉིད། །

ཅས་གསུངས་པའི་བྱིར།



༡༡། །མདོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་གྱི་དགོངས་པ་གསལ་བར་

བྱེད་པ་མཁས་པ་དབྱེས་པའི་མཆོད་སྦྱིན་ལས་སྐབས་

བཞི་པའི་ཆིག་དོན་མཐའ་དཔྱོད་བྱུང་འབྲེལ་

ཏུ་བཤད་པ་བཞུགས་སོ།།

སྐབས་བཞི་པ།

༡༢། །རྩེ་བཙུན་འཇམ་པའི་དབྱངས་གྱི་ཞབས་ལ་གྲུས་པས་ཕྱག་  
འཆལ་ལོ། །གཉིས་པ་སྦྱོར་བཞི་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་བཞིའི་དང་པོ་རྣམ་  
རྩོགས་སྦྱོར་བ་འཆད་པ་ལ་གཉིས། སྦྱོར་འགྲོ་སྦྱིའི་རྣམ་གཞག་བཤད་པ་  
དང་། གཞུང་དོན་དངོས་བཤད་པའོ། །

གཞུང་སྦྱིའི་རྣམ་གཞག

དང་པོ་ལ་གཉིས། སྦྱོར་བ་འགོད་པ་དང་། མཐའ་དབྱུང་པའོ། །དང་པོ་  
ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། སྐབས་དང་པོ་གསུམ་དུ་མཁྱེན་གསུམ་རྒྱས་པར་  
བསྟན་པ་དང་། འདིར་དེའི་རྣམ་པ་རྒྱས་པར་བསྟན་པ་ལ་རྣོས་པའི་སྦྱོར་མེད་  
དེ། བརྗོད་ཚུལ་དང་དགོས་པ་མི་འདྲ་བའི་བྱུང་པར་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདིར་  
བསྟན་པའི་དགོས་པ་ཡོད་དེ། མཁྱེན་གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་མ་ལུས་པ་རྣམ་  
རྩོགས་སྦྱོར་བས་སྒྲོམ་དགོས་པས་དེའི་སྒྲོམ་ཚུལ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པའི་ཆེད་

ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྒོམ་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། མཁྱེན་གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་ལ་  
གོམས་པ་དབང་དུ་བྱ་བའི་ཆེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འབྲེལ་པ་ལས།  
ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་གསུམ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ནི་དབང་དུ་བྱ་བའི་ཕྱིར་  
ཡང་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དང་ལམ་དང་གཞི་ཤེས་པ་བསྐྱུ་བའི་སྒོ་ནས་ཐམས་  
ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་གསུམ་སྒོམ་པར་བྱེད་པས་རྣམ་པ་ཀྱན་མངོན་པར་  
རྫོགས་པར་ཉོགས་པ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་སྐབས་  
དང་པོ་གསུམ་དུ་མཁྱེན་གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་བསྟན་པ་དང་། འདིར་མཁྱེན་  
གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་བསྟན་པ་ལ་རྫོགས་པའི་སྒྱུར་མེད་དེ། སྐབས་དང་པོ་གསུམ་  
དུ་མཁྱེན་གསུམ་བསྟན་པ་དེ། རྩོས་བསམ་གྱིས་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་  
དབང་དུ་བྱས། འདིར་བསྒྲོམས་པས་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་དབང་དུ་བྱས་པ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། རྫོགས་སྒྱུར་སྤྱོད་ཚུལ་དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། རྩོས་  
བསམ་དང་ཉམས་ལེན་གྱི་གཞུང་མི་མཐུན་པ་སོ་སོར་གཙོད་མི་རིགས་པའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། གང་རྩོས་བསམ་གྱིས་གཏན་ལ་ཐབ་པའི་རིམ་པ་དེ།  
བསྒྲོམས་པས་ཉམས་སུ་ལེན་དགོས། གང་བསྒྲོམས་པས་ཉམས་སུ་ལེན་  
པའི་རིམ་པ་དེ་ཡང་རྩོས་བསམ་གྱིས་གཏན་ལ་འབེབས་དགོས་པའི་ཕྱིར།  
ཁ་ཅིག་ མཁྱེན་གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་ནི་ལྷག་བུང་འབྲེལ་གྱི་སྒྱུར་བས་རྫོགས་

པར་བསྟོམ་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས། རྣམ་རྫོགས་སྒྲོར་པའི་མཆན་ཉིད་  
 ཟེར་ན། ཞི་གནས་མ་ཐོབ་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོགས་ལམ་ཆོས་ཅན། མཆན་  
 ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཞི་ལྷག་བྱང་འབྲེལ་མ་ཐོབ་པའི་སེམས་དཔའི་  
 ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་མི་  
 འཐད་པར་ཐལ། རྣམ་རྫོགས་སྒྲོར་བ་ཡིན་ན། ཞི་ལྷག་བྱང་འབྲེལ་གྱིས་ཟེན་  
 པས་མ་བྱུང་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ན། དེས་ཟེན་  
 པས་མ་བྱུང་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཞི་གནས་མ་ཐོབ་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱད་  
 ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སེམས་  
 བསྐྱེད་རང་རྒྱད་ལ་སྦྱེས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། ཞི་གནས་ཐོབ་པས་བྱུང་  
 པར་འདོད་པ་ནི་ཏ་ཅང་ཐལ་བའི་གནས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་ཆུབ་  
 ལམ་རིམ་ལས། སེམས་བསྐྱེད་ལ་ཡིད་འགྱུར་བའི་སྤྱོད་བ་ཐོན་པ་ལ་ཞིག་  
 གནས་ཐོབ་དགོས་པ་ཏ་ཅང་ཐལ་བའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ན་  
 དེ། མཐུན་གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་ལ་གོམས་པ་དབང་བསྐྱར་མ་ཐོབ་པའི་སེམས་  
 དཔའི་ཡེ་ཤེས། རྣམ་རྫོགས་སྒྲོར་པའི་མཆན་ཉིད་ཟེར་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་  
 ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཆོས་ཅན། མཆན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་  
 ཕྱིར། འདོད་ན། མཐུན་གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་ལ་གོམས་པ་དབང་བསྐྱར་མ་ཐོབ་

པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་  
པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ མཁྱེན་གསུམ་གང་རུང་གི་རྣམ་པ་ལ་གོམས་པ་  
དབང་བསྐྱར་མ་ཐོབ་པ་ཐོབ་ཕྱིར་དུ་བསྒྲོམ་པའི་སེམས་དཔའི་རྣལ་འབྱོར།  
རྣམ་རྫོགས་སྦྱོར་བའི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། ཁ་ཅིག་ ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་  
ཆད་མེད་ལམ་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། འདོད་  
ན། དེ་ཆོས་ཅན། མཁྱེན་གསུམ་གང་རུང་གི་རྣམ་པ་ལ་གོམས་པ་དབང་  
བསྐྱར་མ་ཐོབ་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་སྟུམ། འདོད་མི་  
རུས་ཏེ། ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་གི་ལྷགས་ལ། མཁྱེན་གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་བསྒྲོམ་པའི་  
ཤེས་རབ་གྱིས་ཟིན་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས། རྣམ་རྫོགས་སྦྱོར་བའི་  
མཆོན་ཉིད། དབྱེ་ན། བརྒྱ་བདུན་ཅུ་ཙ་གསུམ་ཡོད། ས་མཆོམས་ནི། ཐེག་  
ཆེན་གྱི་ཆོགས་ལམ་ནས་རྒྱན་མཐའི་བར་ཡོད།

༦ གསུམ་པ་ཅོད་པ་སྒྲོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་ སྐབས་དང་པོ་གསུམ་དུ་  
མཁྱེན་གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་རྒྱས་པར་བསྟན་པར་ཐལ། བློད་གྱི་དམ་བཅའ་  
འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སྐབས་གསུམ་པས་ཀྱང་མཁྱེན་གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་  
རྒྱས་པར་བསྟན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར་ན། རྣམ་པ་གཅིག་ཏུ་མ་ཁྲབ།  
འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེས་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ་རྒྱས་པར་མ་བསྟན་པའི་ཕྱིར།

དེར་ཐལ། དེས་དེ་དངོས་སུ་རྒྱས་པར་མ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་ན། ཡང་ན་འདིར་  
མ་བྱལ། །ཁ་ཅིག་ ཐོས་བསམ་དང་ཉམས་ལེན་གྱི་གཞུང་སོ་སོར་གཙོད་  
རིགས་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་སོ་སོར་འབྱེད་རིགས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་  
གཉིས་ཐ་དད་དུ་འབྱེད་རིགས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། དོན་འགོ་ཚུལ་དུ་  
བསྟུན། །ཁ་ཅིག་ ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་དེས། མཐུན་  
གསུམ་གང་རུང་གི་རྣམ་པ་ལ་གོམས་པ་དབང་བསྐྱར་མ་ཐོབ་པར་ཐལ། དེ་  
མཐུན་གསུམ་གང་རུང་གི་རྣམ་པ་ལ་གོམས་པ་དབང་བསྐྱར་མ་ཐོབ་པ་ཐོབ་  
ཕྱིར་དུ་བསྐྱོམ་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཏྲགས་ཁས།  
འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེས་དེ་གང་རུང་གི་རྣམ་པ་ལ་གོམས་པ་དབང་བསྐྱར་  
ཐོབ་ཟེན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་བྱལ། འོ་ན། དེས་ཡོན་ཏན་མ་ཐོབ་པ་མེད་  
པར་ཐལ། དེས་ཡོན་ཏན་ཐོབ་ཟེན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་ཁས། འདོད་ན། དེ་ཡོད་  
པར་ཐལ། དེས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར།

### རྣམ་པ་མདོར་བསྟན།

༥ གཉིས་པ་གཞུང་དོན་དངོས་བཤད་པ་ལ་གཉིས། རྣམ་རྩོགས་སྦྱོར་  
བ་སྦྱིའི་རྣམ་གཞག་དང་། ཐར་པ་ཆ་མ་ཐུན་ནས་བཟུང་སྟེ་རྒྱད་ལ་སྦྱེ་བའི་  
རིམ་པ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། སྦྱོར་བའི་ངོ་བོ། སྦྱོར་བའི་སྦྱོན་ཡིན།  
སྦྱོར་བའི་མཆན་ཉིད་དོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། མི་མ་ཐུན་སྦྱོགས་ཀྱི་གཉིན་པོ་



རྣམ་པའི་དབྱེ་བ་བཤད་པ། བདེན་འཛིན་དངོས་སུ་འཛོམས་པར་བྱེད་པའི་  
སྒྲོར་བ་བྱེད་པར་ཅན་ངོས་བབྱང་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། མདོར་བསྟན་བ་  
དང་རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། གཞི་ཤེས་བ་ཡི་བྱེ་བྲག་རྣམས། །ཞེས་  
སོགས་ཆོགས་སུ་བཅད་བ་གཅིག་གསུངས་ཏེ།

འདི་ལ་གཉིས། ཆོག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་ནི། གཞི་  
བདེན་བཞི་མི་རྟག་སོགས་བཅུ་དྲུག་ཤེས་བ་ཡི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་རྣམས་  
ནི་རང་གི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་དེ་དང་དེའི་ཡུལ་གྱི་ཕྱོག་ཕྱོགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཤར་  
བའི་སྒྲོ་ནས་དེ་དང་། འཛོམས་པར་བྱེད་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཞེས་བྱ་  
བ་ནི་ཆོས་ཅན། སྐབས་འདིའི་བསྟན་བྱའི་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་གཉེན་པོའི་  
མཆན་ཉིད་དུ་བཟོད་དེ། དེའི་འཛོག་བྱེད་ཡིན་པའི་བྱིར། གཉེན་པོ་ཡེ་ཤེས་  
ཀྱི་རྣམ་པ་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། བསྐྱུ་ན་རྣམ་པ་གསུམ་དུ་འདོད་དེ། ཀྱན་མཁྱེན་  
ཉིད་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་དུ་ངེས་པའི་བྱིར། དེ་ལྟར་ཡང་འབྲེལ་བ་ལས། རྣམ་པ་  
ལ་སོགས་པར་འཛིན་པ། ཞེས་བ་ནས། རྣམ་པ་གསུམ་ཁོ་ནར་བཞེད་དོ། །  
ཞེས་པའི་བར་གསུངས།

གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ་ཁ་ཅིག་མཁྱེན་  
གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་ནི་ལྟག་བྱང་འབྲེལ་གྱི་སྒྲོར་བའི་སྒྲོ་ནས་བྱན་མོང་མིན་  
པའི་རྣམ་ཐར་སྒྲོ་གསུམ་དུ་བསྐྱུས་ནས་བསྒྲོམ་པ། མཁྱེན་གསུམ་བསྐྱུས་

སྒྲོམ་གྱི་དོན་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་རིགས་ངེས་གྱི་  
 དམན་ལམ་སྒྲོན་དུ་མ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་ཆོགས་ལམ་པའི་རྒྱད་ལ་  
 མཐེན་གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་ཞི་ལྷག་བྱང་འབྲེལ་གྱི་སྒྲོར་བས་བྱུན་མོང་ཡིན་  
 པའི་རྣམ་ཐར་སྒོ་གསུམ་དུ་བསྐྱས་ནས་སྒྲོམ་པ་མེད་ཀྱང་། དེའི་རྒྱད་ལ་  
 མཐེན་གསུམ་བསྐྱས་སྒྲོམ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་ལ་  
 སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཞི་ལྷག་བྱང་འབྲེལ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་  
 ལ་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལྷག་མཐོང་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་འབྲེལ་བྱང་  
 སེམས་ཆོགས་ལམ་པ་དེས། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལྷག་མཐོང་ཐོབ་པ་དང་  
 ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོར་ལམ་རྫོང་ཐོབ་པ་དུས་མཉམ་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་  
 བཤད་ལས། སྟོང་པ་ཉིད་ལ་དམིགས་པའི་ལྷག་མཐོང་མཆོན་ཉིད་པ་སྒྲོར་  
 ལམ་རྫོང་ཡན་ཆད་མ་གཏོགས་ཐེག་པ་ཆེན་པོར་རིགས་ངེས་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
 ཆོགས་ལམ་དུ་སྦྱེད་མི་སྤྱོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག  
 མཐེན་གསུམ་གང་རུང་གི་རྣམ་པ་ཤར་ནས་སྒྲོམ་པའི་ཡེ་ཤེས་གཉིན་པོའི་  
 ཤེས་རྣམ་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་  
 ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཡེ་ཤེས་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། མཐེན་གསུམ་གང་རུང་གི་རྣམ་པ་ཤར་པར་ཐལ།  
 འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སྒྲོབ་

པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། གཞན་ཡང་། ལམ་མ་ཞུགས་གང་ཟག་གི་རྒྱད་  
 གྱི་སྤྱི་མི་རྟག་པར་རྟོགས་པའི་རྗེས་དཔག་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ།  
 མཆོན་བྱ་དེའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། སྤྱི་རྟག་འཛིན་གྱི་གཉེན་པོར་གྱུར་པའི་ཤེས་  
 པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། ཡེ་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྤྱིར། འདོད་  
 མི་རུས་ཏེ། ལམ་མ་ཞུགས་གང་ཟག་གི་རྒྱད་གྱི་ཆོས་ཡིན་པའི་སྤྱིར།

ཁ་ཅིག་ གཞིའི་བྱང་པར་རམ་གྱི་བྲག་ རྣམ་པའི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན།  
 གཞི་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། རོན་  
 རྣམ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། གཞི་བྱུང་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། མི་འཐད་པར་  
 ཐལ། གཞི་དང་ཐ་དད་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཁ་ཅིག་ གཞི་གཞིག་ རྣམ་རྟོགས་  
 སྦྱོར་པའི་བསྐྱོམ་བྱ། རོན་རྣམ་གྱི་མཆོན་ཉིད། ཤེས་པ་གང་ཞིག་ རྣམ་རྟོགས་  
 སྦྱོར་པའི་བསྐྱོམ་བྱ། ཤེས་རྣམ་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། མ་རིག་པ་ཆོས་ཅན།  
 མཆོན་ཉིད་དང་པོ་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དང་པོ་དེའི་སྤྱིར། འདོད་ན། རྣམ་  
 རྟོགས་སྦྱོར་པའི་བསྐྱོམ་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། །གཞན་ཡང་། དེ་ཆོས་ཅན།  
 མཆོན་ཉིད་སྤྱི་མ་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་སྤྱི་མ་དེའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། ཤེས་པ་  
 ཡིན་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན་སྤྱི་ལོ། །ཁ་ཅིག་ ཤེས་རྣམ་ཡིན་ན། རྣམ་བྱང་སྦྱགས་  
 གྱི་ཤེས་རྣམ་ཡིན་པས་བྱུང་ཟེར་ན། གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་ཆོས་ཅན།  
 དེར་ཐལ། དེའི་སྤྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེ་ཉོན་མོངས་སྦྱགས་གྱི་ཤེས་རྣམ་

ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་རྣམ་མཁུན་གྱི་དོན་རྣམ་ཡིན་ན། རྣམ་མཁུན་གྱི་རྣམ་  
 པ་ཡིན་པས་བྱིབ་ཟེར་ན། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་  
 བྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་མཁུན་གྱི་གཞལ་བྱ་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་ན། རྣམ་  
 མཁུན་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། ཞེས་པ་ཡིན་པར་ཐལ་  
 ལོ། །ཁ་ཅིག་རྣམ་མཁུན་གྱི་དོན་རྣམ་ཡིན་ན། རྣམ་མཁུན་གྱི་རྣམ་པ་མ་ཡིན་  
 པས་བྱིབ་ཟེར་ན། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་རྣམ་མཁུན་ཆོས་ཅན།  
 དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། རྟགས་གསལ་སྒྲུའོ། །ཁ་ཅིག་ཆོས་དེའི་རྣམ་པ་ཡིན་ན།  
 ཆོས་དེ་ཡིན་པས་བྱིབ་ཟེར་ན། སྤྱག་བདེན་གྱི་སྟོང་གི་སྟོང་པ་ཆོས་ཅན།  
 སྤྱག་བདེན་ཡིན་པར་ཐལ། སྤྱག་བདེན་གྱི་རྣམ་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ།  
 སྤྱག་བདེན་གྱི་རྣམ་པ་དེ་ལ་དེར་གྱུར་པའི་མི་རྟག་སྤྱག་བསྐྱལ་སྟོང་པ་བདག་  
 མེད་བཞི་ཡོད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། འདུས་མ་བྱས་ཡིན་པའི་བྱིར།  
 ཁ་ཅིག་དོན་རྣམ་དང་ཞེས་རྣམ་གཉིས་གྱི་སྒྲོམ་ཚུལ་འགལ་ལོ། །ཟེར་ན། དེ་  
 མི་འཐད་པར་ཐལ། བྱང་པོ་མི་རྟག་པ་དེ་དོན་རྣམ་དང་། དེ་རྟོགས་པའི་ཡེ་  
 ཞེས་དེ་ཞེས་རྣམ་གང་ཞིག །དེ་གཉིས་ཀ་བསྒྲོམ་པའི་གང་ཟག་གཉིས་མི་  
 འགལ་བའི་བྱིར། །བྱི་མ་དེར་ཐལ། རྣམ་བཤད་ལས། ཁ་ཅིག་རྣམ་དང་ཞེས་  
 རྣམ་གཉིས་སུ་བྱེ་ནས་བསྒྲོམ་བྱ་གང་ཡིན་མི་མཐུན་པ་སོ་སོར་འདོད་པ་ལ་  
 བྱི་སྟོང་པོ་རུང་བད་གྱང་མེད་དེ། མི་རྟག་པ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཞེས་བསྒྲོམ་བྱར་

འདོད་པ་དེས་ཀྱང་མི་རྟག་པ་སྒྲོམ་པར་ཁས་ལེན་དགོས་ལ།      མི་རྟག་པ་  
བསྒྲོམ་བྱར་འདོད་པ་དེས་ཀྱང་དེ་རྟགས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་བསྒྲོམ་བྱར་ཁས་མི་  
ལེན་ན་གཞི་སྟོར་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག  
རྣམ་མཁྱེན་བསྒྲོམ་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་མེད་ཟེར་ན།      དེ་ཡོད་པར་  
ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ་སྒྲོམ་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། དེའི་རྣམ་པ་ཉམས་སྤྱུ་ལེན་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡོད་པའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་སྟོར་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་ཡོད་  
པར་ཐལ།      སངས་རྒྱས་བསྒྲོམ་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱོད་བསྒྲོམ་པའི་དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཉིང་  
འཛིན་རྒྱལ་པོ་ལས།      གསེར་གྱི་ཁ་དོག་ལྷ་བུའི་སྤྱོད་ལུས་ནི། །ཞེས་སོགས་  
དང་། སྤྱགས་ཀྱི་ཐེག་པ་ཡང་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་གི་ལྷགས་ལ། མཁྱེན་གསུམ་གྱི་རྣམ་པར་རྒྱ་བདུན་  
ཅུ་ཅ་གསུམ་རྣམ་རྟོགས་སྟོར་བའི་འཛིན་སྤངས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་བསྐྱས་ནས་  
ཉམས་སྤྱུ་ལེན་པ་དེ། སྐབས་འདིའི་མཁྱེན་གསུམ་བསྐྱས་སྒྲོམ་གྱི་དོན་ནོ། །  
རང་གི་གཞོན་བྱ་སྟོ་འདོགས་ལ་གཞོན་བྱེད་ཀྱི་རིག་པ། རང་ཉིད་གཉེན་པོའི་  
ཤེས་རྣམ་ཡིན་པའི་མཆན་ཉིད། རང་ཡུལ་གྱི་རྣམ་པ་ལེགས་པར་ཤར་བའི་  
སྟོ་ནས་རང་གི་དམིགས་པའི་ཆོས་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་དུ་སྟོ་འདོགས་པའི་སྟོ་



འདོགས་ལ་དངོས་སུ་གཞོན་བྱེད་ཀྱི་མཁྱེན་པ།      སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་  
བསྟན་པའི་གཉེན་པོའི་མཆན་ཉིད།

༥ གསུམ་པ་ཚུང་པ་སྒྲོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་ ཐེག་ཆེན་གྱི་བར་ཆད་མེད་  
ལམ་ཆོས་ཅན། མཁྱེན་གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་སྒྲོམ་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་  
ཡིན་པར་ཐལ། མཁྱེན་གསུམ་སྒྲོམ་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་  
བྱིར། དེར་ཐལ། ཁྱོད་ཀྱིས་བསྒྲོམ་པའི་མཁྱེན་གསུམ་ཡོད་པའི་བྱིར། ཟེར་  
ན། མ་ཁྱབ། འདོད་མི་རུས་ཏེ། གཞི་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་པ་སྒྲོམ་པའི་ཡེ་ཤེས་མ་  
ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ རྒྱན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་དེ་རྣམ་མཁྱེན་སྒྲོམ་  
པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་རྒྱན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་བསྒྲོམ་པའི་  
ཡེ་ཤེས་གང་ཞིག །རྣམ་མཁྱེན་གྱི་དངོས་ཀྱི་སྒྲུབ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་  
ན། དེ་རྣམ་མཁྱེན་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། ཟེར་  
ན། མ་ཁྱབ། འདོད་མི་རུས་ཏེ། སྒྲོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སྒྲོབ་པའི་  
ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ བྱང་སེམས་རྒྱན་མཐའ་བ་དེ་རྣམ་མཁྱེན་  
སྒྲོམ་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཐལ། རྒྱན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་དེ་རྣམ་  
མཁྱེན་སྒྲོམ་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་ན། རྣམ་མཁྱེན་སྒྲོ་རོར་  
བསྐྱེད་ནས་སྒྲོམ་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འབ་སྟེ། ལམ་སྒྲོམ་པའི་ཆེ་སྒྲོ་  
རོར་བསྐྱེད་ནས་སྒྲོམ་དགོས་ཀྱི། སྒྲོའི་དམིགས་པ་འབའ་ཞིག་དུ་བྱས་ནས་

སྒོམ་པ་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེས་རྣམ་མཁུན་སྒོ་ངོར་གྲུབ་པར་ཐལ།  
འདོད་པའི་ཕྱིར་ན། མ་ཁྲབ། འདོད་མི་རུས་ཏེ། རྒྱན་མཐའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ངོ་  
བོར་ཀྱན་རྫོབ་ཀྱི་ཆོས་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སྤྱག་བདེན་གྱི་རྣམ་པ་ཡིན་  
ན། སྤྱག་བདེན་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། རྣམ་མཁུན་གྱི་རྣམ་པ་ཡིན་ན། རྣམ་  
མཁུན་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར་ན། མ་ཁྲབ། འདོད་ན། བཀག་ཟིན། ཁ་ཅིག་རྣམ་  
མཁུན་གྱི་འཛིན་རྣམ་ཡིན་ན། རྣམ་མཁུན་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། རྣམ་མཁུན་  
གྱི་རྣམ་པ་ཡིན་ན། རྣམ་མཁུན་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར་ན། མ་ཁྲབ། འདོད་ན།  
རྣམ་མཁུན་ཉམས་སྤྱོད་བའི་རང་རིག་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། དེ་ཉམས་སྤྱོད་བའི་རང་རིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ།  
ཡེ་ཤེས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རང་རིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་  
འཛིན་རྣམ་ཡིན་ན་ཡེ་ཤེས་མ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་  
ཕྱིར། འདོད་ན། རྣམ་མཁུན་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འཛིན་  
པའི་རྣམ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན། མ་ཁྲབ། འོ་ན། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། གཟུང་རྣམ་  
ཡིན་པར་ཐལ། གཟུང་བའི་རྣམ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་པ་ཁས། རྟགས་དེར་  
ཐལ། གཞི་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཤེས་པར་ཐལ་ལོ། འདོད་པའི་ཕྱིར།  
འདོད་མི་རུས་ཏེ། འདུས་མ་བྱས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

## གཞི་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་པ།

༥ གཉིས་པ་གཞི་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་པ་རྒྱས་པར་བཤའ་བ་ལ་གསུམ། གཞི་  
ཤེས་ཀྱི་རྣམ་པ་བཤའ་བ། ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་པ་བཤའ་བ། རྣམ་མཁྱེན་ཀྱི་  
རྣམ་པ་བཤའ་བའོ། །དང་པོ་ནི། མེད་པའི་རྣམ་པ་ནས་བཟུང་སྟེ། །ཞེས་པ་  
ནས། ལམ་ལ་དེ་ནི་བཙུན་པར་བཤའ། །ཅེས་པའི་བར་གསུངས་ཏེ། དེའི་དོན་  
འགྲེལ་པས་འཆད་པ་ལ། དེ་ལ་ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་ཉིད་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་  
ནས། མེད་པ་དང་། མི་སྤྱེ་བ་དང་། དབེན་པ་དང་། ཞེས་པ་ནས། སྤྱིར་ན་  
ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཉི་ཤུ་ཙུམ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་  
གསུངས་སོ། །ཙཱ་མོ་ཐེ་དག་གང་ལས་འཕྲོས་པ་ཡོད་དེ། མདོ་ལས།  
བཙུན་པ་ལྟ་བུར་ཤེས་པར་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་འདི་ནི་མ་མཆིས་པའི་པ་  
རོལ་དུ་ཕྱིན་པའོ། །ཞེས་པ་ནས། ཤེས་པ་ཕྱིན་པའི་ནི་མི་གཡོ་བའི་པ་རོལ་དུ་  
ཕྱིན་པའོ། །བཙུན་པ་ལྟ་བུར་ཤེས་ཀྱིས་བཀའ་སྤྱུལ་པ། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་གནས་  
པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་རོ། །ཞེས་པའི་བར་ལས་འཕྲོས་པའི་སྤྱིར།

འདིའི་སྐབས་སུ་ཙཱ་མོ་ཐེ་ཆོག་དོན་བཤའ་བ་དང་། མཐའ་དབྱེད་པ་  
གཉིས། དང་པོ་ནི། ཤེས་པ་ཕྱིན་པའི་ནི་མ་མཆིས་པའི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པའོ། །  
ཞེས་སྤྱད་བསྐུལ་ཏེ། བར་མེད་པར་སྟོན་པའི་རྣམ་པ་ནས་བཟུང་སྟེ། མི་  
གཡོ་བའི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པའོ། །ཞེས་ལམ་བཟུང་བའི་ཀྱི་མི་གཡོ་བའི་རྣམ་པའི་

བར་སྟོན་པའི་ཡུམ་བར་མའི་མདོ་ཆོག་འདི་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱིས་གཞི་ཤེས་  
ཀྱི་རྣམ་པ་ཉིད་བདུན་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། བདེན་པ་དང་པོ་གསུམ་སོ་སོ་ལ་  
བཞི་བཞི་དང་། ལམ་བདེན་ལ་གཞི་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་པ་དེ་ནི་བཙེ་ལྷར་བཤད་  
པའི་བྱིད།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ་ཁ་ཅིག་གཞི་  
ཤེས་ཀྱི་དམིགས་པའི་ཆོས་ལ་བྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་སྟོ་འདོགས་པའི་སྟོ་འདོགས་  
ལ་གཞོད་བྱེད་ཀྱི་མཁྱེན་པ། གཞི་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་པའི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། གཞི་  
ཤེས་ཀྱི་དམིགས་པ་བདག་མེད་པར་རྟོགས་པའི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་སྦྱོར་ལམ་  
ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ། མཆོན་ཉིད་དེའི་བྱིད། དེར་ཐལ། གཞི་ཤེས་  
ཀྱི་དམིགས་པ་ལ་གང་ཟག་གི་བདག་ཏུ་སྟོ་འདོགས་པའི་སྟོ་འདོགས་ལ་  
གཞོད་བྱེད་ཀྱི་གཉིན་པོའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་བྱིད། དེར་ཐལ། གཞི་ཤེས་ཀྱི་  
དམིགས་པ་གང་ཟག་གི་བདག་ཏུ་འཛིན་པའི་བདག་འཛིན་ཀྱི་གཉིན་པོའི་ཡེ་  
ཤེས་ཡིན་པའི་བྱིད། འདོད་ན། མི་འཐད་པར་ཐལ། འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་མཁྱེན་  
པ་མ་ཡིན་པའི་བྱིད། དེར་ཐལ། སོ་སྦྱེའི་མདོན་རྟོགས་ཡིན་པའི་བྱིད། ཁ་ཅིག་  
ཐེག་དམན་ཀྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པའི་འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་མཁྱེན་པ།  
གཞི་ཤེས་ཀྱི་ཤེས་རྣམ་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཉན་ཐོས་  
ཀྱི་མཐོང་ལམ་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་བྱིད། དེར་

ཐལ། དམན་པའི་གཞི་ཤེས་ཀྱི་ཤེས་རྣམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དམན་  
 པའི་གཞི་ཤེས་ཀྱི་ཤེས་རྣམ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་གཞི་ཤེས་ཀྱི་  
 རྣམ་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་གཞི་ཤེས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་  
 རུས་ཏེ། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་སྟོབ་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་དེ་འདྲ་བ་དེ།  
 སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་གཞི་ཤེས་ཀྱི་ཤེས་རྣམ་གྱི་མཆོན་ཉིད་  
 ཟེར་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་གཞི་ཤེས་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་  
 དེར་ཐལ། མཆོན་ཉིད་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆོན་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་  
 གཞི་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སྟོབ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་གཞི་ཤེས་ཡིན་པར་  
 ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་གཞི་ཤེས་  
 ཀྱི་རྣམ་པ་ཡིན་ན། བྱང་འཕགས་ཀྱི་གཞི་ཤེས་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། གང་  
 ཟག་གི་བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་མཐོང་ལམ་ཆོས་  
 ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཉན་  
 ཐོས་ཀྱི་གཞི་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་པ་གཅིག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འགྲེལ་བ་  
 ལས། དེ་ལ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་ཉན་ཐོས་དང་བྱང་  
 རྒྱུ་སེམས་དཔའི་བྱེ་བྲག་གི་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་ཟག་པ་མེད་པ་དང་ཟག་པ་  
 དང་བཅས་པ་དག་ཀྱང་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་གཞི་  
 ཤེས་ཀྱི་ལམ་བདེན་གྱི་རྣམ་པ་དེ་ལ། ཉན་སྒྲིབ་ཀྱི་དངོས་གཉེན་དུ་གྱུར་པའི་



མཐོང་ལམ་ཟག་མེད་བཞི། ཤེས་སྒྲིབ་གཟུང་རྟོག་གི་དངོས་ཀྱི་གཉེན་པོར་  
གྱུར་པའི་སྒྲོམ་ལམ་ཟག་བཅས་དུག། དེའི་དངོས་ཀྱི་གཉེན་པོར་གྱུར་པའི་  
མཐོང་ལམ་ཟག་མེད་ལྷ་སྟེ་བཙུག་ཡོད་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཉན་  
སྒྲིབ་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་གཉེན་པོར་གྱུར་པའི་མཐོང་ལམ་མེད་པ་གང་ཞིག། སྤྱི་མ་  
གཉིས་ཀྱང་རེ་རེ་ནས་མེད་པའི་བྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། ཉན་སྒྲིབ་ཀྱི་དངོས་  
ཀྱི་གཉེན་པོ་ཡིན་ན། སྒྲོམ་ལམ་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར། སྤྱི་མ་དེར་ཐལ། ཤེས་  
སྒྲིབ་གཟུང་རྟོག་གི་དངོས་ཀྱི་གཉེན་པོ་ཡིན་ན། སྒྲོམ་ལམ་ཟག་མེད་ཡིན་  
དགོས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་དངོས་གཉེན་དུ་གྱུར་པའི་ལམ་ཡིན་ན།  
སྒྲོམ་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་སྤང་བྱ་ཡིན་ན།  
སྒྲིབ་པ་ཡིན་པས་བྱིར་ཟེར་ན། ངན་འགྲོ་བའི་གཟུགས་སྤང་ཆོས་ཅན། དེར་  
ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ངན་འགྲོ་སྤང་བྱ་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་  
སོ། ཁ་ཅིག་དམན་སྒྲིབ་ཡིན་ན། སྒྲིབ་པ་ཡིན་པས་བྱིར་ཟེར་ན། ཉན་ཐོས་  
སྒྲོབ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་རང་ཉིད་གཅིག་ཕུ་ཞི་བདེ་དོན་གཉེར་གྱི་སྒྲོ་ཆོས་ཅན།  
དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། ལམ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། སྒྲོབ་  
ལམ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་སྒྲིབ་པ་ཡིན་ན། ཉན་སྒྲིབ་དང་། ཤེས་སྒྲིབ་གང་  
རུང་ཡིན་པས་བྱིར་ཟེར་ན། སྒྲོམས་འཇུག་གི་སྒྲིབ་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ།  
དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། སྒྲིབ་པ་དེ་ལ་ཉན་སྒྲིབ། ཤེས་སྒྲིབ། སྒྲོམས་འཇུག་གི་

སྒྲིབ་པ་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་འཐད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྒྱུད་སྒྲུབ་ལས། ཉོན་  
 མོངས་ཤེས་བྱ་སྟོམས་འཇུག་གི། སྒྲིབ་གསུམ་ལས་ནི་དེས་གྲོལ་  
 ཞིང་། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །གཞན་ཡང་། ཉོན་སྒྲིབ་  
 དང་ཤེས་སྒྲིབ་གཉིས་ཀ་ཆོས་ཅན། དེ་གང་རུང་ཡིན་པར་ཐལ། སྒྲིབ་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། ཏྲགས་གསལ་སྤྲོད། །ཁ་ཅིག་ཉོན་སྒྲིབ་ཡིན་ན། ཉོན་སྒྲིབ་སྤྲོ་  
 ཡིན་པས་སྒྲུབ། ཤེས་སྒྲིབ་ཡིན་ན། ཤེས་སྒྲིབ་སྤྲོ་མོ་ཡིན་པས་སྒྲུབ་ཟེར་ན།  
 དང་པོ་ལ། གང་ཟག་ཏྲག་པར་འཛིན་པའི་རྟོག་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྒྲིབ་གཉིས་གང་རུང་ཡིན། ཤེས་སྒྲིབ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཉོན་སྒྲིབ་རགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྤྲོ་མ་ལ། གཟུགས་སྤྲོ་  
 རོལ་དོན་འཛིན་གྱི་རྟོག་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་  
 ཅན་དེའི་ཕྱིར། སྒྲུབ་སྟེ། འགྲེལ་བ་ལས། ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པའི་སྤྱོད་གས་གཅིག་  
 པོ་གཟུང་བ་དོན་གྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན།  
 མི་འཐད་པར་ཐལ། ཤེས་སྒྲིབ་རགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ཐར་པ་ཐོབ་  
 པ་ལ་གོགས་བྱེད་ཀྱི་སྒྲིབ་པའི་གཙོ་བོ། ཉོན་སྒྲིབ་ཀྱི་མཆོན་ཉིད། ཐམས་  
 ཅད་མཐུན་པ་ཐོབ་པ་ལ་གོགས་བྱེད་ཀྱི་སྒྲིབ་པའི་གཙོ་བོ། ཤེས་སྒྲིབ་ཀྱི་  
 མཆོན་ཉིད། ཟེར་ན། དང་པོ་ལ། བདེན་འཛིན་ལྟར་སྒྲུབ་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་  
 དང་པོ་དེར་ཐལ། མཆོན་ཉིད་དང་པོ་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ས་ལམ་ཐོབ་པ་ལ་

གོགས་བྱེད་གྱི་སྐྱབ་པའི་གཙུག་པོ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཡོན་ཏན་སྐྱབ་པ་  
ལ་གོགས་བྱེད་གྱི་སྐྱབ་པའི་གཙུག་པོ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། སྐྱབ་པའི་  
གཙུག་པོ་གང་ཞིག། །མཚུངས་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཤེས་སྐྱབ་ཡིན་  
པའི་བྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཐར་པ་ཐོབ་པ་ལ་གོགས་བྱེད་  
གྱི་སྐྱབ་པ་ཡིན་ན། དེ་ཐོབ་པ་ལ་གཙུག་པོར་གོགས་བྱེད་གྱི་སྐྱབ་པ་ཡིན་པས་  
མ་ཁྲུབ་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ ཆོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་བདག་འཛིན་ཡིན་ཟེར་ན།  
དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། བདག་འཛིན་ཡིན་ན། གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་ཡིན་  
དགོས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། བྱིར་གྱི་ཞེན་ཡུལ་གྱིས་སྒྲོང་བ་དེ་  
གང་ཟག་གི་བདག་མེད་སྤྱོད་མེད་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར། །ཁ་ཅིག་ གང་ཟག་ཏྱག་  
གཅིག་རང་དབང་ཅན་དུ་འཛིན་པའི་རྟོག་པ་དེ། གང་ཟག་ གི་བདག་འཛིན་  
དང་། གཟུགས་སྤྱི་རོལ་དོན་འཛིན་གྱི་རྟོག་པ་དེ་ཆོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་ཡིན་  
ཟེར་ན། དེ་གཉིས་ཀ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དང་པོ་དེ་གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་  
རགས་པ་དང་། སྤྱི་མ་དེ་ཆོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་རགས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་  
ཅིག་ གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་ཡིན་ན། འཛིན་ལྟ་ཡིན་པས་ཁྲུབ་ཟེར་ན།  
མདུན་གྱི་སྤྱིས་བྱས་སྤྱིས་བྱས་པ་རོལ་པོ་རང་རྒྱ་བྱུང་པའི་རྣམས་ཡོད་དུ་འཛིན་  
པའི་རྟོག་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་རང་རྒྱ་བྱུང་པའི་  
རྣམས་ཡོད་དུ་འཛིན་པའི་རྟོག་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཆོས་ཅན་

དེའི་ཕྱིར། བྱམ་སྟེ། འཇིག་ལྷ་ཡིན་ན། རང་རྒྱུད་ལྡན་གྱི་ང་ལ་གཙོ་བོར་  
 དམིགས་པས་བྱམ་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ ཉོན་མོངས་ཀྱི་བག་ཆགས་ཡིན་ན།  
 ཞེས་སྒྲིབ་ཡིན་པས་བྱམ་བེར་ན། གང་ཟག་གི་བདག་འཇིན་གྱི་བག་ཆགས་  
 སུ་གྱུར་པའི་དེའི་ས་བོན་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་  
 ཅན་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པར་སྟོང་  
 མ་ཐུན་ཆེན་མོ་ལས་བཤད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་ཅིག་ དེ་ཡིན་ན།  
 ཉོན་སྒྲིབ་ཡིན་པས་བྱམ་བེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དག་བཙུམ་པའི་རྒྱུད་  
 ལ་ཉོན་མོངས་སྒྲིབ་པས་བཞག་པའི་བག་ཆགས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 ཉོན་ཐོས་དག་བཙུམ་པའི་རྒྱུད་ལ་དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་  
 ཉོན་མོངས་ཀྱི་བག་ཆགས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་གནས་  
 ངན་ལེན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཞེས་སྒྲིབ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། ཐེག་དམན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ་དང་།  
 བྱང་འཕགས་ཀྱི་གཞི་ཞེས་གང་རུང་གིས་བསྐྱུས་པའི་འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་  
 མཁྱེན་པ་དེ། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་གཞི་ཞེས་ཀྱི་རྣམ་པའི་  
 མཚན་ཉིད། དབྱེན་བདེན་པ་དང་པོ་གསུམ་ལ་དམིགས་པ་བཞི་བཞི་དང་།  
 ལམ་བདེན་ལ་དམིགས་པ་བཙུན་ལོད། སྐྱག་བསྐྱུས་བདེན་པ་ལ་དམིགས་  
 པ་བཞི་ཡོད་དེ། སྐྱག་བསྐྱུས་རྟག་པར་མེད་པ་དང་། དེ་དོན་དམ་པར་མི་སྒྲིབ་

བ་དང་། དེ་དོན་གཞན་གྱི་བདག་གིས་སྟོང་བ་དང་། རང་གི་ངོ་བོར་གྱུར་པའི་  
བདག་གིས་མི་བརྗེ་བ་བཞི་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བེན་  
པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་གཞི་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་པ་བཞི་ཡོད་པའི་སྤྱིར། ཀྱན་འབྱུང་ལ་  
དམིགས་པའི་བཞི་ཡོད་དེ། རྒྱ་སྤེད་པ་དོན་དམ་པར་གནས་པ་མེད་པ་དང་།  
ཀྱན་འབྱུང་དོན་དམ་པར་ནམ་མཁའ་དང་འབྲ་བ་དང་། རྟོག་དཔྱེད་དོན་དམ་  
པར་བརྗེད་དུ་མེད་པ་དང་། སྤེད་ཆོར་དོན་དམ་པར་མིང་མེད་པ་དང་བཞི་  
མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བེན་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་གཞི་  
ཤེས་ཀྱི་རྣམ་པ་བཞི་ཡོད་པའི་སྤྱིར། ཡང་འགོག་པ་ལ་དམིགས་པའི་བཞི་  
ཡོད་དེ། འགོག་པ་དོན་དམ་པར་འགྲོ་བ་མེད་པ་དང་། ཞི་བ་རྒྱུན་གྱིས་མི་  
འཕྲོག་པ་དང་། བྱ་རྟོམ་པའི་ཐར་པ་མི་བཟད་པ་དང་། དེས་འབྱུང་སྐྱེ་བ་མེད་  
པར་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བེན་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་གཞི་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་  
པ་བཞི་ཡོད་པའི་སྤྱིར། ལམ་བཟུང་གྱི་རྣམ་པ་དེ་ལ་བཙོ་ལྷ་ཡོད་དེ། བྱེད་པ་  
པོའི་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པ་དང་། ཤེས་པ་པོའི་བདག་མེད་པ་དང་།  
གནས་ནས་འཕོ་བ་པོའི་བདག་མེད་པ་དང་། རྟོན་མོངས་པ་འདུལ་བ་པོའི་  
གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་མཐོང་  
ལམ་བཞི་དང་། སྤྱི་དོན་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་དང་། དེ་མ་སྐྱེས་པ་དང་། དེ་མ་  
འགགས་པ་དང་། དེ་གཞོན་མ་ནས་ཞི་བ་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་ཡོངས་སུ་



ཕྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་ངོ་བོར་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་  
 སྒོམ་ལམ་ལྟ་དང་། ཕྱི་རོལ་དོན་གྱིས་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་མེད་པ་དང་།  
 དེས་རྣམ་པར་བྱང་བ་མེད་པ་དང་། དེས་བསྐྱུས་པའི་བག་ཆགས་ཀྱིས་གོས་  
 པ་མེད་པ་དང་། ཕྱི་རོལ་དོན་གྱི་དབྱེ་བའི་སྒྲིམ་པ་མེད་པ་དང་། ཕྱི་རོལ་དོན་  
 དུ་ཞེན་པའི་སྒྲོམ་པ་མེད་པ་དང་། མི་གཡོ་བའི་གཟུང་བྱ་དོན་གཞན་མེད་  
 པར་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་མཐོང་ལམ་དང་དྲུག་ཡོད་ལ།  
 བསྐྱུ་ན་ཉོན་སྒྲིབ་ཀྱི་གཉེན་པོ་མཐོང་ལམ་ཟག་མེད་བཞི། ཤེས་སྒྲིབ་གཟུང་  
 རྟོག་གི་གཉེན་པོ་སྒྲོམ་ལམ་ཟག་བཅས་ལྟ། དེའི་གཉེན་པོ་མཐོང་ལམ་ཟག་  
 མེད་དྲུག་སྟེ་ཉེར་བདུན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེ་དག་ཀྱང་ཆོག་ཆོག་སྤངས་ནས་  
 བརྗོད་ལ། ཞིབ་པར་རྣམ་བཤད་སོགས་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །ས་ལམ་གྱི་  
 རྟོགས་པ་བྱང་པར་ཅན་ཐོབ་པ་ལ་གཙོ་བོར་གོགས་བྱེད་ཀྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ།  
 སྒྲིབ་པའི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན། ཉོན་སྒྲིབ། ཤེས་སྒྲིབ། སྒྲོམས་འཇུག་གི་  
 སྒྲིབ་པ་དང་གསུམ། གཙོ་བོར་ཐར་པ་ཐོབ་པར་བྱེད་པ་ལ་གོགས་བྱེད་ཀྱི་  
 སྒྲིབ་པའི་རིགས་སུ་གནས་པ། ཉོན་སྒྲིབ་ཀྱི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན། དེར་  
 བྱུར་པའི་ཀྱན་བཏགས་དང་། ལྷན་སྐྱེས་གཉིས། མངོན་བྱུར་པ་དང་། མངོན་  
 བྱུར་པ་མ་ཡིན་པའི་ཉོན་སྒྲིབ་གཉིས། མཐོང་སྤང་དང་སྒོམ་སྤང་ཉོན་སྒྲིབ་  
 གཉིས་ཡོད། བྱབ་མཐས་སྟོ་ཁ་བསྐྱུར་བའི་དབང་གིས་བྱང་བའི་ཉོན་སྒྲིབ།

ཉོན་མྱེབ་ཀྱན་བཏགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད། མཆན་གཞི་ནི། བྱབ་མཐས་སྟོ་བསྐྱར་  
བའི་དབང་གིས་བྱང་བའི་སྐྱ་ཏྱག་འཛིན་ཉོན་པ་ལྟ་བུ། །བྱབ་མཐས་སྟོ་ཁ་  
བསྐྱར་བ་ལ་མ་སྟོས་པར་བྱང་བའི་ཉོན་མྱེབ། ཉོན་མྱེབ་ལྟན་སྟེས་ཀྱི་མཆན་  
ཉིད། མཆན་གཞི་ནི། གྱིས་པ་ཆུང་དུ་ཡན་ཆད་ལ་རང་གི་རང་གིས་འབྱུང་  
བའི་བདག་འཛིན་ལྟ་བུ། མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་དངོས་ཀྱི་གཞོམ་  
བྱའི་རིགས་སུ་གནས་པའི་ཉོན་མྱེབ། མཐོང་སྤང་ཉོན་མྱེབ་ཀྱི་མཆན་ཉིད།  
སྟོམ་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་དངོས་ཀྱི་གཞོམ་བྱའི་རིགས་སུ་གནས་  
པའི་ཉོན་མྱེབ། སྟོམ་སྤང་ཉོན་མྱེབ་ཀྱི་མཆན་ཉིད། དམིགས་ཀྱི་མ་འཛིན་པའི་  
ཉོན་མྱེབ། ཉོན་མྱེབ་མཛོན་གྱུར་པའི་མཆན་ཉིད། དམིགས་ཀྱི་མ་འཛིན་  
པའི་ཉོན་མྱེབ། མཛོན་གྱུར་མ་ཡིན་པའི་ཉོན་མྱེབ་ཀྱི་མཆན་ཉིད། གཙུ་བོར་  
ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཐོབ་པར་བྱེད་པ་ལ་གོགས་བྱེད་ཀྱི་སྐབ་པའི་རིགས་སུ་  
གནས་པ། ཞེས་སྐབ་ཀྱི་མཆན་ཉིད། དབྱེ་བ་དང་མཆན་གཞི་ནི་རིགས་  
འགྲེལ་གྱིས་ཞེས་པར་བྱའོ།།

༥ གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྟོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་མེད་པའི་རྣམ་པ་ནས་བཟུང་  
སྟེ། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་ནས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་གཞི་ཞེས་ཀྱི་རྣམ་པ་  
ཡིན་ན། གཉོན་པོའི་ཕྱོགས་ཀྱི་གཞི་ཞེས་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། སྐབས་  
འདིར་དངོས་བསྟན་བསྟན་བྱའི་གཙུ་བོར་གྱུར་པའི་གཞི་ཞེས་ཡིན་ན།

གཉེན་པོའི་ཕྱོགས་ཀྱི་གཞི་ཤེས་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར་ན། མ་ཁྲབ། མ་གྲུབ་  
 ན་དེར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། བྱང་འཕགས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་གཞི་ཤེས་  
 ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་  
 གཞི་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་པ་ལ་དམན་པའི་གཞི་ཤེས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་གཞི་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་པའི་  
 དམིགས་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སྐབས་འདིར་དངོས་  
 སུ་བསྟན་པའི་གཞི་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་པ་ལ་བཙོ་ལྷ་གངས་འདྲན་པའི་ཆེ་མཐོང་  
 ལམ་ཟག་བཅས་ལྷ་དང་། སྒྲོམ་ལམ་ཟག་མེད་དུག་ཅེས་འདྲན་པ་མི་འཐད་  
 པར་ཐལ། དེ་ལས་ཕྱོགས་སྟེ་འདྲན་རིགས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ལྟར་འདྲན་  
 ཚུལ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ན། སྒྲོན་མེད་དེ། རྣམ་བཤད་ལས་འདྲན་ཚུལ་དངོས་སུ་  
 གསལ་བར་བཤད་པའི་རྗེས་སུ་འབྲང་རིགས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ཆོས་ཀྱི་  
 བདག་འཛིན་བདག་འཛིན་ཡིན་པར་ཐལ། ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་བདག་མེད་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན། མ་ཁྲབ། ཁ་ཅིག་གང་ཟག་རྟག་གཅིག་རང་དབང་ཅན་དུ་  
 འཛིན་པའི་རྟོག་པ་དེ་གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་ཞེན་  
 ཡུལ་གྱིས་སྟོང་པ་དེ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་སྤྲ་མོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དེར་ཐལ།  
 གང་ཟག་རང་རྒྱ་ཐུབ་པའི་རྗེས་ཡོད་དུ་འཛིན་པའི་རྟོག་པའི་ཞེན་ཡུལ་གྱིས་  
 སྟོང་པ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་སྤྲ་མོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན། མ་ཁྲབ། ཁ་ཅིག་

གཟུགས་སྤྱི་རོལ་དོན་འཛིན་གྱི་ཉོག་པ་ཤེས་སྐྱབ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རང་  
རྒྱལ་སྐོབ་པས་ཤེས་སྐྱབ་སྤང་བའི་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་མི་སྤོང་བའི་བྱིར་ན།  
མ་ཁྲབ། མ་བྱུབ་ན། དེར་ཐལ། དེས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཐོབ་བའི་གཙོ་བོར་  
བྱས་ནས་དོན་དུ་མི་གཉེར་བའི་བྱིར། ཟེར་ན། འོ་ན། རང་རྒྱལ་དགྲ་བཅོམ་  
པས་སྐྱབ་པ་སྤངས་པར་ཐལ། དེས་ཉོན་སྐྱབ་སྤངས་པའི་བྱིར། ཁྲབ་པ་  
མཚུངས་སོ། །འདོད་ན། སངས་རྒྱས་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། །ཁ་ཅིག་མཐོང་སྤང་  
ཡིན་ན། སྐྱབ་པ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། མཐོང་སྤང་སྐྱབ་པ་ཡིན་ན། སྐྱབ་པ་  
ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར་ན། མ་ཁྲབ། འདོད་ན། ངན་འགྲོའི་ཕྱང་ཁམས་སྤྱི་  
མཆེད་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ལྟར་མངོན་པ་ཀྱན་  
བརྟུས་ལས་བཞུགས་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་ཅིག་ཉོན་སྐྱབ་གྱི་དངོས་  
གཉེན་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཡིན་ན། སྐྱབ་པའི་དངོས་གཉེན་བར་ཆད་མེད་  
ལམ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། ཤེས་སྐྱབ་གྱི་དངོས་གཉེན་བར་ཆད་མེད་ལམ་  
ཡིན་ན། སྐྱབ་པའི་དངོས་གཉེན་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར་ན།  
མ་ཁྲབ། འདོད་ན། ཉན་ཐོས་གྱི་སྒྲིམ་ལམ་རྗེ་རྩ་བུའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ཆོས་  
ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། འདོད་ན། ཉན་ཐོས་དགྲ་བཅོམ་པ་དེ་སྐྱབ་པ་  
སྤངས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ།

## ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་པ།

༥ གཉིས་པ་ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་པ་ནི། རྒྱ་དང་ལམ་དང་སྟུག་བསྐལ་  
 དང་། །ཞེས་པ་ནས། ལྷ་དང་བཙུ་བྱག་ཅེས་བསྒྲགས་སོ། །ཞེས་པའི་བར་  
 གྱིས་འཆད་ལ། དོན་ནི་འབྲེལ་པ་ལས། ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་ཅིག་  
 ཤེས་ཀྱི་ཕྱོགས་ལ་བརྟེན་ནས། །ཞེས་པ་ནས། སྦྱིར་ན་ལམ་ཤེས་པ་ཉིད་ཀྱི་  
 རྣམ་པ་སྐུམ་ཙུ་ཙ་བྱག་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས། འཕྲོས་ནི། མདོ་  
 ལས། རབ་འབྱོར་གྱིས་གསོལ་བ། བཅོམ་ལྷན་འདས་འདི་ལྟ་སྟེ། ཤེས་རབ་  
 ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱེན་པ་འདི་ནི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་པ་རོལ་ཏུ་བྱེན་  
 པའོ། །ཞེས་པ་ནས། འདི་ནི་དངོས་པོ་མེད་པའི་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱེན་  
 པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལས་འཕྲོས་སོ། །འདི་ལ་རྩ་བའི་ཆོག་དོན་དང་།  
 མཐའ་དབྱེད་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། ལམ་ཤེས་ཀྱི་  
 རྣམ་པ་སྐུམ་ཙུ་ཙ་བྱག་ཡོད་དེ། རྒྱ་ཀྱན་འབྱུང་དང་ལམ་བདེན་དང་འབྲས་བུ་  
 སྟུག་བསྐལ་དང་འགོག་པའི་བདེན་པ་ལ་ནི་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་ཀྱན་འབྱུང་  
 བདེན་པ་ལ་རྣམ་པ་དེ་དག་བརྒྱད་དང་། ལན་བདེན་ལ་བདུན་དང་། སྟུག་  
 བསྐལ་བདེན་པ་ལ་ལྷ་དང་། འགོག་བདེན་ལ་དམིགས་པ་བཙུ་བྱག་ཡོད་ཅེས་  
 ཡུམ་གྱི་མདོ་ལས་བསྒྲགས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་ལམ་



ཤེས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ།  
སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་པའི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་  
ན། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་རྣམ་མཁྱེན་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་  
དེར་ཐལ། མཆོན་ཉིད་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མཁྱེན་གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་ཉམས་  
སུ་ལེན་པའི་ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། བྱང་  
འཕགས་ཀྱི་མཁྱེན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། བྱབ་སྟེ། འབྲེལ་བ་  
ལས། ལམ་ཤེས་པ་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པ་ནི། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་  
ཉོན་མོངས་པ་ཤིན་ཏུ་མ་སྦངས་པའི་ཕྱིར། །ཟག་པ་དང་བཅས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་  
ན། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། །ཁ་ཅིག་ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཤར་ནས་ཉམས་  
སུ་ལེན་པའི་བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་  
བསྟན་པའི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་པའི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་  
རྣམ་གྲོལ་ལམ་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། དེར་  
ཐལ། བཙུ་བྱུག་ཅེས་བསྒྲགས་སོ། །ཞེས་པའི་སྐབས་ནས་དངོས་སུ་བསྟན་  
པའི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་  
རྫོབ་དངོས་ཡུལ་དུ་བྱེད་པའི་ཤེས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་  
ན་སྟོལ། །ཁ་ཅིག་ ལྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟིན་  
པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་མཁྱེན་པ། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ལམ་ཤེས་

ཀྱི་རྣམ་པའི་མཚན་ཉིད་ཟེར་ན། སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་སྟོང་གི་ཐེག་  
 དམན་དབྱ་བཅོམ་པ་དང་རྒྱད་གཅིག་དུ་གྱུར་པའི་བྱང་སེམས་ཆོགས་ལམ་  
 པའི་རྒྱད་ཀྱི་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་ཆོགས་ལམ་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ།  
 མཚན་ཉིད་དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པར་ཐལ།  
 འདོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་བདེན་བཞིའི་རྣམ་པ་བསྟོམ་བྱའི་གཙོ་བོར་བྱས་  
 རྣམ་སྟོམ་པའི་བྱང་སེམས་འཕགས་པ་ཡོད་ཟེར་ན། དེ་མེད་པར་ཐལ། གང་  
 ཟག་གི་བདག་མེད་བསྟོམ་བྱའི་གཙོ་བོར་བྱས་རྣམ་སྟོམ་པའི་བྱང་སེམས་  
 འཕགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཉོན་མོངས་སྤང་བྱའི་གཙོ་བོར་བྱས་  
 རྣམ་སྟོང་པའི་བྱང་སེམས་འཕགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་རང་གི་བསྟོམ་  
 བྱར་གྱུར་པའི་བདེན་བཞིའི་རྣམ་པ་གཙོ་བོར་སྟོམ་པའི་བྱང་འཕགས་མེད་  
 ཟེར་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། རང་གི་བསྟོམ་བྱར་གྱུར་པའི་མི་རྟག་སོགས་བཙུ་  
 རུག་གང་རུང་བསྟོམ་བྱའི་གཙོ་བོར་བྱས་རྣམ་སྟོམ་པའི་བྱང་སེམས་  
 འཕགས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རང་གི་བསྟོམ་བྱར་གྱུར་པའི་ལམ་  
 བདེན་ཀྱི་རྣམ་པ་བཞི་གཙོ་བོར་སྟོམ་པའི་བྱང་སེམས་འཕགས་པ་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་  
 ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ། ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་པའི་མཚན་ཉིད། ལམ་

ཤེས་གསུམ་པོ་གང་རུང་གི་རྣམ་པ་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་བྱང་སེམས་  
འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་  
རྣམ་པའི་མཚན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན་དེར་གྱུར་པའི་སོ་དྲུག་ཡོད་དེ། ཀྱན་  
འབྱུང་གི་རྒྱུའི་རྣམ་པ་ཡུལ་ལམ་འདུན་པའི་སྲིད་པ་དང་འདོད་ཆགས་ཀྱི་  
སྲིད་པ་དང་། ཡང་སྲིད་ལ་དགའ་བའི་སྲིད་པའི་གཉེན་པོར་གྱུར་པའི་ཐེག་  
ཆེན་ཀྱི་མཐོང་ལམ་གསུམ་དང་། ཀྱན་འབྱུང་གི་རྣམ་པ་འདོད་ཆགས་དང་།  
ཞེ་སྤང་དང་། གཏི་ཐུག་གི་གཉེན་པོར་གྱུར་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་མཐོང་ལམ་  
གསུམ་དང་། རབ་སྐྱེའི་རྣམ་པ་གཙང་བདེ་ཏྱག་བདག་ཏུ་ཞེན་པའི་གཉེན་པོ་  
ཐེག་ཆེན་ཀྱི་མཐོང་ལམ་གཅིག་དང་། རྒྱེན་ཀྱི་རྣམ་པ་རང་དབང་བའི་སེམས་  
ཅན་དུ་མངོན་པར་ཞེན་པའི་གཉེན་པོ་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་མཐོང་ལམ་གཅིག་སྟེ་  
བསྐྱེམས་པས་བརྒྱད་དང་། ལམ་བདེན་ཀྱི་ལམ་ཀྱི་རྣམ་པར་གྱུར་པའི་  
སེམས་ཅན་ཆད་མེད་པ་ལ་ཐར་པའི་གོ་སྐབས་འབྱེད་པ་དང་འཁོར་འདས་  
ཀྱི་མཐའ་གཉིས་དང་མ་འབྲེལ་བར་འབྱེད་པའི་མཐོང་ལམ་གཉིས་དང་། རིག་  
པའི་རྣམ་པ་ཆོས་ཐམས་ཅད་བདེན་སྟོང་དུ་ཐ་མི་དད་པར་རྟོགས་པ་དང་།  
ཉན་རང་གི་ལམ་མཆོག་ཏུ་མི་འཇིན་པའི་མཐོང་ལམ་གཉིས་དང་། སྐྱབ་པའི་  
རྣམ་པ་ཆོས་ཐམས་ཅད་དོན་དམ་པར་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་དང་། དོན་དམ་  
པར་གཞལ་དུ་མེད་པར་རྟོགས་པའི་མཐོང་ལམ་གཉིས་དང་། དེས་འབྲེན་ཀྱི་

རྣམ་པ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་དོན་དམ་པར་ཆགས་པ་མེད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་  
 མཐོང་ལམ་གཅིག་སྟེ་བསྐྱེམས་ན་བདུན་དང་། སྤྱག་བདེན་གྱི་རྣམ་པ་ལྷུང་པོ་  
 མི་རྟག་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེལ་བ་དང་། སྟོང་པ་དང་། བདག་མེད་པ་དང་། དོན་  
 དམ་པར་མཆོན་ཉིད་མེད་པར་རྟོགས་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་  
 པ་ལྷུང་དང་། འགོག་བདེན་གྱི་རྣམ་པ་ལ་འགོག་པའི་རྣམ་པ་ནང་དང་བྱི་དང་  
 གཉིས་ཀའི་ཆོས་བདེན་པར་འཇིན་པའི་བདེན་འཇིན་ཅི་རིགས་སྤངས་པས་  
 བྱང་དང་བྱི་དང་བྱི་ནང་གཉིས་ཀ་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པ་གསུམ་རྟོགས་པའི་  
 བྱང་སེམས་ཀྱི་ལམ་བཤེས་གསུམ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་སྦྱར་ཏེ་ཞི་བའི་རྣམ་པ་  
 སྟོང་པ་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། ཆེན་པོ་དང་། དོན་དམ་པ་དང་། འདུས་བྱས་  
 དང་། འདུས་མ་བྱས་དང་། མཐའ་ལས་འདས་པ་དང་། ཐོག་མ་དང་ཐ་མ་མེད་  
 པ་དང་། དོར་བ་མེད་པའི་རྣམ་པ་བརྒྱད་རྟོགས་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་ལམ་  
 ཤེས་ཀྱི་རྣམ་པ་བརྒྱད་དང་། བྱ་ཞོམ་པའི་རྣམ་པ་རང་བཞིན་སྟོང་པ་ཉིད་  
 རྟོགས་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་པ་གཅིག་དང་། དེས་འབྱུང་གི་  
 རྣམ་པ་ཆོས་ཐམས་ཅད་དང་། རང་གི་མཆོན་ཉིད་དང་། མི་དམིགས་པ་སྟོང་  
 པ་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པ་གསུམ་རྟོགས་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་གསུམ་དང་།  
 དངོས་པོ་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པ་རྟོགས་པའི་ལམ་ཤེས་ཀྱི་  
 རྣམ་པ་གཅིག་སྟེ་བསྐྱེམས་ན་བཙུ་བྱག་ཡོད་པའི་བྱིར། དེ་ཡང་དམིགས་

བསལ་ལ་འགོག་བདེན་གྱི་རྣམ་པ་བཞི་གཞིར་བཟུང་ནས་དེར་གྱུར་པའི་  
སྟོང་ཉིད་བཙུ་བྱག་ཏུ་འབྱེད་པའི་དོན་ཏེ། འདིར་དངོས་བསྟན་ཐེག་ཆེན་གྱི་  
མཐོང་ལམ་གཙོ་ཡང་སྒྲུབ་ལམ་ཡང་ཡོད་པར་བཞེད་དོ།

༥ གསུམ་པ་ཚུད་པ་སྟོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག ལམ་ཤེས་ཆོས་ཅན། བྱང་  
སེམས་འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་  
བསྟན་པའི་ལམ་ཤེས་གྱི་རྣམ་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། སྐབས་འདིར་  
ལམ་ཤེས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་བྱིར་བེར་ན། མ་ཁྲབ། འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་  
ཅིག འགོག་བདེན་གྱི་རྣམ་པ་བཙུ་བྱག་པོ་སྟོང་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ། འགོག་  
བདེན་གྱི་རྣམ་པ་ལ་སྟོང་ཉིད་བཙུ་བྱག་ཡོད་པའི་བྱིར་བེར་ན། མ་ཁྲབ་བོ།

### རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ།

༥ གསུམ་པ་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ་འཆད་པ་ནི། དྲན་པ་ཉེར་གཞག་  
ནས་བཟུང་སྟེ། །ཞེས་པ་ནས། སུམ་ཙུ་ཙ་དགྲ་དག་ཏུ་བཞེད། །ཅེས་པའི་བར་  
གསུངས་ཏེ། དོན་ནི་འགྲེལ་པ་ལས། དྲན་པ་ཉེ་བར་བཞག་པ་ནས་བཟུང་སྟེ།  
སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་སུམ་ཙུ་ཙ་དགྲར་བཞེད་དོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས་  
ལ། འཕྲོས་ནི། རབ་འབྱོར་གྱིས་གསོལ་བ། བཙུག་ལྷན་འདས་ཤེས་རབ་གྱི་  
པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་འདི་ནི། དྲན་པ་ཉེ་བར་བཞག་པའི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་འོ། །  
ཞེས་པ་ནས། ཤེར་བྱིན་འདི་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་འོ། །བཙུག་



ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྩལ་པ།      ཆོས་ཐམས་ཅད་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་  
 སངས་རྒྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་པའི་བར་གྱི་མདོ་ལས་འབྲེལ་སོ། །འདི་ལ་  
 གཉིས། ཙཱ་བའི་ཆོག་དོན་བསྐྱུས་ཏེ་བཞད་པ་དང་། འབྲེལ་བར་རྒྱས་པར་  
 བཞད་པའི་ཚུལ་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། དྲན་པ་ཉི་བར་  
 བཞག་པའི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པའོ། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་  
 དྲན་པ་ཉིར་གཞག་ནས་བཟུང་སྟེ། ཤེས་ཕྱིན་འདི་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་པ་རོལ་  
 དུ་ཕྱིན་པའོ། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་བར་གྱི་མདོ་ལས་བསྟན་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 རྣམ་པའི་མཐར་ཐུག་རྣམས་ནི་འདིར་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་  
 སྤྱི་ཙུ་ཙཱ་བདུན་དང་། སྤྱི་ཙུ་སོ་བཞི་དང་། སྤྱི་ཙུ་ཙཱ་དགུ་དག་དུ་དབྱེར་  
 ཡོད་པར་མདོ་ཉིད་ལས་བཞེད་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་ཡིན་ཏེ། སྡེ་ཆོན་གསུམ་དུ་  
 བྱེ་ནས་སློབ་མ་ཉན་ཐོས་དང་། བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་དང་། སངས་རྒྱས་  
 རྣམས་ལ་རིམ་པ་བཞེན་དུ་དེ་ལྟར་བཞག་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་རིགས་ཏེ། རྣམ་  
 མཁྱེན་ཉིད་ལ་རིགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ཀྱུན་མཁྱེན་གསུམ་དུ་བྱེ་བས་ན་གསུམ་  
 ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་ཡོད་དེ། གང་ཟག་དེ་གསུམ་གྱི་རྒྱུད་ལ་ལམ་གྱི་  
 བདེན་པ་མི་འདྲ་བ་གསུམ་ཡོད་པའི་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་རྣམ་མཁྱེན་ཉིད་ལ་  
 གསུམ་དུ་བྱེ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་འབྲེལ་བས་རྒྱས་པར་འཆད་པ་ནི།  
 དེ་ལ་ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་ཉིད་ལ་དང་པོར་དངོས་པོ་ལ་ཡོངས་སུ་རྟོག་པའི་

ལམ་ལ། ཞེས་པ་ནས། རྣམ་པ་རྣམས་གཅིག་ཏུ་བསྡེམས་ན་བརྒྱ་བདུན་ཅུ་ཙུ་  
གསུམ་ཡོད་དོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས།

འདིའི་སྐབས་སུ་སྤྱིར་བསྟན་པ་དང་། གྲེ་བྲག་ཏུ་བཞག་པ་གཉིས་  
ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་རང་ཉིད་འཕགས་པ་འོག་མ་པའི་རྒྱད་ལ་ཡང་ཡོད་  
པའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ། ཐུན་མོང་བའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པའི་མཆོན་  
ཉིད། དེ་ལྟར་མེད་པའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྣམ་  
མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པའི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱད་གྱི་  
བྲན་པ་ཉེར་གཞག་བཞི་པོ་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དང་པོ་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་  
དང་པོ་དེའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། ཉན་ཐོས་གྱི་རྒྱད་ལ་ཡོད་པ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་  
པའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། ཉན་ཐོས་གྱི་རྒྱད་ལ་  
ཡོད་པ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ་དེ་ལ་སུམ་ཅུ་ཙུ་བདུན་  
ཡོད་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། འཕགས་པ་འོག་མ་པའི་རྒྱད་ལ་ཡོད་པར་ཐལ།  
འདོད་པའི་སྤྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། རྣམ་མཁྱེན་ཡིན་པའི་སྤྱིར། སྤྱི་མ་ལ་ཡང་  
དེས་མ་ངས་སོ། །ཁ་ཅིག་རང་གི་སྡེ་ཆོན་འཕགས་པ་འོག་མ་པའི་རྒྱད་ལ་  
ཡོད་པའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ་དེ། ཐུན་མོང་བའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པའི་  
མཆོན་ཉིད། དེ་མེད་པའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ་དེ། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་  
རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པའི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱད་

ཀྱི་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཆས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དང་  
 པོ་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དང་པོ་དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། རང་གི་སྡེ་ཆོན་འཕགས་  
 པ་འོག་མ་པའི་རྒྱད་ལ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། བྱིད་  
 འཕགས་པ་འོག་མ་པའི་རྒྱད་ལ་ཡོད་པར་ཐལ་ལོ། །ཕྱི་མ་ལ་ཡང་དེས་མ་  
 དེས་སོ། །ཁ་ཅིག རང་གི་ཉེར་ལེན་མཆོན་ཉིད་པ་འཕགས་པ་འོག་མ་པའི་  
 རྒྱད་ལ་ཡོད་པའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ། ཐུན་མོང་པའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་  
 པའི་མཆོན་ཉིད། དེ་མེད་པའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ་དེ། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་  
 པའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པའི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་  
 རྒྱད་ཀྱི་གནས་དང་གནས་མ་ཡིན་པར་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་ཆས་ཅན། མཆོན་  
 བྱ་དང་པོ་དེར་ཐལ། མཆོན་ཉིད་དང་པོ་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རང་གི་ཉེར་  
 ལེན་མཆོན་ཉིད་པ་བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱད་ལ་ཡོད་པའི་རྣམ་མཁྱེན་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཐུན་མོང་མ་  
 ཡིན་པའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་ལ་ཡང་དེས་མ་དེས་  
 སོ། །ཁ་ཅིག རང་གི་རིགས་འདྲ་མཆོན་ཉིད་པ་འཕགས་པ་འོག་མ་པའི་རྒྱད་  
 ལ་ཡོད་མེད་ཀྱི་སྟོན་སྒྲུབ་ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྣམ་མཁྱེན་དུ་  
 འཛོག་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱད་ཀྱི་  
 གནས་དང་གནས་མ་ཡིན་པར་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་ཀྱི་རིགས་འདྲ་འཕགས་པ་

འོག་མ་པའི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེའི་རིགས་འབྲས་མ་བྱང་སེམས་  
འཕགས་པའི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་  
རྒྱུད་ལ་རྒྱ་དགེ་བ་བྱས་པ་ལས་འབྲས་བྱ་བ་དེ་བ་འབྱུང་བ་གནས་ཡིན་པ་  
དང་དེ་ལས་ཕྱོག་བ་ནི་གནས་མ་ཡིན་པར་རྟོགས་པའི་མཁྱེན་པ་ཡོད་པའི་  
ཕྱིར། ཁ་ཅིག་འཕགས་པ་འོག་མ་པ་དང་བསྐྱོམ་བྱ་བྱུན་མོང་བ་དང་བྱུན་མོང་  
མ་ཡིན་པའི་སྒྲོ་ནས་དེ་ལྟར་འཛོག་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། བྱུན་མོང་  
མ་ཡིན་པའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ་བསྐྱོམ་པའི་འཕགས་པ་འོག་མ་པ་ཡོད་  
པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ་དེ་སྐྱོམ་པའི་བྱང་སེམས་འཕགས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་  
ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ་བརྒྱ་དང་བརྒྱ་སྐྱོམ་པའི་བྱང་སེམས་འཕགས་པ་  
ཡོད་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་གི་ལྷགས་ལ། མཁྱེན་གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་སྐྱོམ་པའི་  
མཐར་ཐུག་པའི་ཡེ་ཤེས་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པའི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་བྱུན་  
མོང་བའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ་དང་། བྱུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་  
རྣམ་པ་གཉིས་ཡོད། འཕགས་པ་འོག་མ་པའི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པ་དང་རྗེས་སུ་  
མ་བྱུན་པའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ། བྱུན་མོང་བའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པའི་  
མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན། ཉན་ཐོས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པ་དང་རྗེས་སུ་མ་བྱུན་  
པའི་སོ་བདུན། བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པ་དང་རྗེས་སུ་མ་བྱུན་པའི་སོ་

བཞི་ཡོད། སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཁོ་ནའི་རྒྱད་ལ་ཡོད་པ་དང་རྩེ་ས་སུ་  
མ་ཐུན་པའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་  
པའི་མཚན་ཉིད། དེ་ལ་སོ་དགུ་ཡོད།

༺ གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྟོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག ཉན་ཐོས་ཀྱི་རྣམ་མཁྱེན་ཡོད་  
པར་ཐལ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཉན་  
ཐོས་དང་ཐུན་མོང་པའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན་མ་ཐུབ་  
ཁ་ཅིག སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱད་ཀྱི་བླ་པ་ཉིད་གཞག་བཞི་པོ་ཆོས་  
ཅན། ཉན་ཐོས་དང་ཐུན་མོང་པའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
ཉན་ཐོས་ཀྱི་རྒྱད་ལ་ཡོད་པ་དང་རྩེ་ས་སུ་མ་ཐུན་པའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ་  
མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱད་ལ་ཡོད་པ་དང་རྩེ་ས་སུ་  
མ་ཐུན་པའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཐུབ་སྟེ། དེ་  
གཉིས་མི་འགལ་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་སྟོགས་སོ་བདུན་པོ་དེ་ཉན་ཐོས་  
ཀྱི་རྒྱད་ལ་ཡང་ཡོད། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རྒྱད་ལ་ཡང་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
ཁ་ཅིག ཉན་ཐོས་དང་ཐུན་མོང་པའི་རྣམ་མཁྱེན་མེད་པར་ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་  
ཡིན་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཁོ་ནའི་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར་ན་མ་ཐུབ་  
གོ། ཁོ་ན་རེ། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཁོ་ན་མེད་པའི་  
ཕྱིར། ཟེར་ན། དོན་གཙོ་ཆེ་བ་བྱ་དགོས་ཏེ། དེའི་སྐབས་ཀྱི་ཁོ་ནའི་སྐྱས་



སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱད་ལ་ནམ་མཁུན་ཡོད་པ་གཙོད་པ་ཡིན་གྱི། སངས་རྒྱས་  
འཕགས་པ་ཁོ་ན་ཡོད་པར་ཁས་སྤངས་པ་ལ་ཡིན་པའི་བྱིད།

### བླ་པ་ཉེར་གཞག

༥ གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་ལ་གསུམ། ཉན་ཐོས་དང་ཐུན་མོང་  
བའི་ལམ་བཤད་པ། བྱང་སེམས་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་བཤད་པ། སངས་  
རྒྱས་ཁོ་ནའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལམ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་བདུན། །བླ་  
པ་ཉེར་གཞག །ཡང་དག་སྤོང་པ། རྩ་འབྲུལ་གྱི་རྒྱུད་པ། དབང་པོ། ལྟོབས།  
བྱང་ཆུབ་གྱི་ཡན་ལག །འཕགས་ལམ་གྱི་ཡན་ལག་གོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ལ་  
ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་ཉིད་ལ། ཞེས་པ་ནས། ལུས་དང་ཆོར་བ་དང་སེམས་དང་  
ཆོས་རང་དང་སྤྱིའི་མཆན་ཉིད་གྱིས་ཡོངས་སུ་བརྟགས་པ་བླ་པ་ཉེ་བར་  
བཞག་པའི་ནམ་པ་བཞིའོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུང་།

འདིའི་སྐབས་སུ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག ལམ་ཡིན་ན། བླ་  
པ་ཉེར་གཞག་ཡིན་པས་བྱུང་བའོ་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། བླ་པ་ཉེར་  
གཞག་ཡིན་ན། ལྟ་སྤྱོད་གཉིས་སུ་བྱེ་བའི་ལྟ་བའི་ཆར་གཏོགས་ཤིག་དགོས་  
པའི་བྱིད། ཁ་ཅིག་བླ་པ་ཡིན་ན། བླ་པ་ཉེར་གཞག་ཡིན་པས་བྱུང་བའོ་ན།  
ལམ་མ་ཞུགས་གང་ཟག་གི་རྒྱད་གྱི་ཡུལ་དེས་སྤྱི་ལྟོ་ཆོན་དུ་གྱུར་པའི་བླ་  
པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིད། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་བྱིད། དེར་ཐལ།

དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འདུན་མོས་བློ་ཉིང་ཤེས་རབ་སྟེ། །དེ་དག་  
 དུལ་ངེས་ལྟ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ལམ་ཡིན་པར་  
 ཐལ་ལོ། །ཁ་ཅིག བློ་པ་ཉིང་གཞག་ཡིན་ན། བློ་པ་ཡིན་པས་སྐབ་ཟེར་ན།  
 བློ་པ་ཉིང་གཞག་དང་མཚུངས་ལྡན་དུ་གྱུར་པའི་གཙོ་སེམས་ཚས་ཅན།  
 དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཚས་ཅན་དེའི་ཕྱིར། སྐབ་སྟེ། མཛོད་ལས།  
 གཙོ་བོ་སྒྲོས་པ་དེ་དག་ནི། །སྦྱོར་བྱང་ཡོན་ཏན་ཀྱན་གྱང་ཡིན། །ཞེས་  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སེམས་བྱང་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར།  
 འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་ཅིག རང་ཡུལ་ལ་ཤེས་རབ་ཀྱིས་སོ་སོར་དབྱེད་ནས་  
 བློ་པས་མི་བརྗེད་པར་འཛིན་པའི་རང་གི་གྲོགས་ཉིང་ངེ་འཛིན་མཚུངས་  
 ལྡན་དང་བཅས་པའི་རིག་པ། བློ་པ་ཉིང་གཞག་གི་མཚན་ཉིད་ཟེར་ན། དེ་མི་  
 འཐད་པར་ཐལ། ལམ་མ་ཞུགས་ན་དེ་ལྟ་བུའི་རིག་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་  
 ཐལ། དེས་ན་སྤང་དོར་ལ་སོ་སོར་དབྱེད་པའི་ཤེས་རབ་དང་དེ་ལ་ཅེ་གཅིག་  
 པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ལམ་མ་ཞུགས་གང་ཟག་གི་  
 རྒྱུད་ལ་ཞི་ལྷག་བྱང་འབྲེལ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག བདེན་བཞིའི་སྤང་དོར་ལ་  
 ཤེས་རབ་ཀྱིས་སོ་སོར་དབྱེད་ནས་བློ་པས་མི་བརྗེད་པར་འཛིན་པའི་ཤེས་  
 རབ། བློ་པ་ཉིང་གཞག་གི་མཚན་ཉིད་ཟེར་ན། བློ་པ་ཉིང་གཞག་ཏུ་གྱུར་  
 པའི་གཙོ་སེམས་ཚས་ཅན། མཚན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཚོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར།

འདོད་ན། ཤེས་རབ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། སེམས་བྱང་  
 ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། །ཁ་ཅིག ལུས་བདག་གི་གནས་དང་། སེམས་བདག་གི་ངོ་  
 བོ་དང་། ཚོར་བ་བདག་གི་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱི་གཞི་དང་། ཚོས་བདག་གི་ཀྱན་  
 རས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་བྱང་གི་གཞིར་ཞེན་པ་སྒྲིག་པའི་བྱིར་དུ། ལུས་  
 དན་པ་ཉེར་གཞག་སོགས་སྒྲིམ་པ་ཡིན་ནི་ཟེར་ན། འོ་ན་ལུས་བདག་གི་  
 གནས་སུ་ཞེན་མི་རིགས་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། དེ་  
 རིགས་པར་ཐལ། ལུས་བདག་གི་གནས་སུ་འཛིན་རིགས་པའི་བྱིར། དེར་  
 ཐལ། ལུས་བདག་གི་གནས་མིན་མའི་བྱིར་དེར་ཐལ། བདག་ལུས་ལ་གནས་  
 པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ལུས་ལ་བརྟེན་པའི་བྱིར། གཞན་ཡང་། ཚོར་བ་  
 བདག་གི་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱི་གཞིར་ཞེན་མི་རིགས་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་  
 པའི་བྱིར། འདོད་ན། དེ་རིགས་པར་ཐལ། ཚོར་བ་བདག་གི་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱི་  
 གཞི་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཚོར་བ་བདེ་བ་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱི་གཞི་ཡིན་པའི་  
 བྱིར། གཞན་ཡང་། ཚོས་བདག་གི་ཀྱན་ཉོན་ཀྱི་གཞིར་ཞེན་མི་རིགས་པར་  
 ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། དེ་རིགས་པར་ཐལ། ཚོས་བདག་  
 གི་ཀྱན་ཉོན་ཀྱི་གཞིར་འཛིན་རིགས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཚོས་ཀྱན་ནས་  
 ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་བྱང་བའི་གཞི་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཚོས་  
 ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་གཞི་གང་ཞིག །རྣམ་པར་བྱང་བའི་གཞི་ཡིན་པའི་

བྱིར། ཁ་ཅིག ལུས་སུ་གྱུར་པའི་བློ་པ་ཉེར་གཞག་ཡོད་ཟེར་ན། དེ་མེད་པར་  
ཐལ། བློ་པ་ཉེར་གཞག་ཡིན་ན། ལུས་མ་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ།  
དེ་ཡིན་ན། གཟུགས་མ་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར།

༥ གཉིས་པ་རྣམས་ཀྱི་ལུགས་ལ། རང་གི་དམིགས་ལུལ་དུ་གྱུར་པའི་  
སྒྲུང་དོར་ལ་ཤེས་རབ་ཀྱིས་སོ་སོར་དབྱེད་ནས་བློ་པས་མི་བརྗེད་པར་  
འཛིན་པས་རབ་ཏུ་བྱེ་བའི་ལྟ་སྤྱོད་གཉིས་སུ་བྱེ་བའི་ལྟ་བའི་ཆར་གཏོགས་  
པའི་མཁྱེན་པ། བློ་པ་པ་ཉེར་གཟུགས་གི་མཚན་ཉིད། དེ་ལ་ལུས་བློ་པ་  
ཉེར་གཞག །ཆོར་བ་བློ་པ་ཉེར་གཞག །སེམས་བློ་པ་ཉེར་གཞག །ཆོས་  
བློ་པ་ཉེར་གཞག་དང་བཞི་ཡོད། དམིགས་ལུལ་གྱི་སྒྲོ་ནས་བྱི་དང་ནང་དང་  
གཉིས་ཀ་ལ་དམིགས་པའི་བློ་པ་ཉེར་གཞག་གསུམ་ཡོད།

༥ གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྤྱོད་པ་ལ། ཁ་ཅིག མཛོད་ལས། བློ་པ་ཉེར་  
གཞག་ཤེས་རབ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ། བློ་པ་ཉེར་  
གཞག་ཡིན་ན། ཤེས་རབ་ཡིན་པས་མ་ཁྲབ་བའི་བྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། དེ་  
ནི་གཙོ་ཆེ་བ་ལ་དགོངས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག ལུས་བདག་གི་གནས་སུ་ཞེན་  
མི་རིགས་པར་ཐལ། ལུས་གང་ཟག་གི་བདག་གི་གནས་སུ་ཞེན་མི་རིགས་པ་  
གང་ཞིག །ལུས་དེའི་གནས་སུ་བདེན་པར་ཞེན་མི་རིགས་པའི་བྱིར། ཟེར་ན།  
མ་ཁྲབ།

## ཡང་དག་སྟོང་བ།

གཉིས་པ་ཡང་དག་སྟོང་བ་ནི། དེའི་འོག་ཏུ་ཞུགས་པ་ལ་བཙོན་འགྲུས་  
འབྱུང་བས་ཚུལ་བ་ལས་བྱུང་བའི་ལམ་ལ། ཞེས་པ་ནས། ཡང་དག་པར་སྟོང་  
བའི་རྣམ་པ་བཞི་འོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས། འདིའི་སྐབས་སུ་གསུམ་ལས།  
དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་སྤང་གཉེན་ལ་སྤང་དོར་བྱེད་པར་སྟོབ་པའི་བཙོན་འགྲུས་དེ།  
ཡང་དག་སྟོང་བའི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། སྤང་གཉེན་ལ་  
སྤང་དོར་བྱེད་པར་སྟོབ་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། ཡང་དག་སྟོང་བ་རྒྱད་ལྟ་ཡིན་  
པས་མ་ཁུབ་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྤང་གཉེན་ལ་སྤང་དོར་བྱེད་པར་སྟོབ་པའི་  
བཙོན་འགྲུས་དང་ལྟ་པའི་ལམ་མ་ཞུགས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། ཡང་  
དག་སྟོང་བ་དང་མཚུངས་ལྟ་དུ་གྱུར་པའི་གཙོ་སེམས་ཆོས་ཅན། མཆོན་  
ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། བཙོན་འགྲུས་ཡིན་པར་ཐལ།  
འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སེམས་བྱུང་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། །ཁ་ཅིག་དྲན་པ་  
ཉིད་གཞག་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། ཡང་དག་སྟོང་བ་ཐོབ་པས་ཁུབ་ཟེར་  
ན། དྲན་པ་ཉིད་གཞག་ཐོབ་མ་ཐག་པའི་གང་ཟག་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་  
ཕྱིར། ཉགས་གསལ་སྟོལ། །ཁ་ཅིག་དགེ་བའི་ཆོས་མ་སྦྱེས་པ་སྦྱེད་པར་བྱེད་  
པའི་ཡང་དག་སྟོང་བ་ཡོད་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དགེ་བའི་ཆོས་མ་  
སྦྱེས་པ་སྦྱེད་པར་བྱེད་མི་རུས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དགེ་བའི་ཆོས་མ་སྦྱེས་



པ་འདུས་མ་བྱས་ཡིན་པའི་བྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་གི་ལུགས་ལ། རང་གི་ཉེར་ལེན་དུ་གྱུར་པའི་བྲན་པ་  
 ཉེར་གཞག་ལས་བྱུང་བའི་བདེན་བཞི་སོགས་སྤང་དོར་གང་རུང་ལ་སྟོབ་པའི་  
 སྟོན་ས་རང་གི་དམིགས་པ་ལ་ཅེ་གཅིག་པའི་ལྟ་སྟོན་གཉིས་སུ་བྱེ་བའི་ལྟ་  
 བའི་ཆར་གཏོགས་པའི་མཁྱེན་པ། ཡང་དག་སྟོང་བའི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་མི་  
 དག་བའི་ཆོས་སྟེ་འགྱུར་མི་སྟེ་བར་བྱེད་པ། སྟེས་བེན་སྟོང་བར་བྱེད་པ།  
 དག་བའི་ཆོས་སྟེ་འགྱུར་སྟེད་པར་བྱེད་པ། སྟེས་བེན་སྟེལ་བར་བྱེད་པའི་  
 ཡང་དག་སྟོང་བ་དང་བཞི་ཡོད།

༥ གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྟོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་ཡང་དག་པར་སྟོང་བ་ཡོད་  
 པར་ཐལ། ཡང་དག་སྟོང་བ་ཡོད་པའི་བྱིར་ན། དེ་ཞིག་མ་བྱུང་། འདོད་ན།  
 ཡང་དག་པར་གྱུབ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར་ན། མ་བྱུང་། ཁ་ཅིག་  
 ཡང་དག་སྟོང་བ་ཡིན་ན། བཙུན་འགྲུས་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། མཛོད་ལས།  
 ཡང་དག་སྟོང་བ་བཙུན་འགྲུས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། ཟེར་ན། སྟོན་  
 མེད་དེ། གཙོ་ཆེ་བ་བཙུན་དགོངས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ཡང་དག་སྟོང་བ་རྒྱད་  
 ལྟན་གྱི་ཆོགས་ལམ་རྒྱུད་དུ་བ་མེད་པར་ཐལ། ཡང་དག་སྟོང་བ་ཐོབ་པ་ལ་  
 ཆོགས་ལམ་ཆེན་པོ་ཐོབ་དགོས་པའི་བྱིར་ན། མ་བྱུང་། འདོད་མི་རུས་ཏེ།  
 ཆོགས་ལམ་རྒྱུད་དུ་པའི་རྒྱད་ལ་བྲན་པ་ཉེར་གཞག་དང་ཡང་དག་སྟོང་བ་རྩུ་

འབྲུལ་གྱི་རྒྱུ་པ་གསུམ་ག་ཡོད་པའི་བྱིར།

རྒྱུ་འབྲུལ་གྱི་རྒྱུ་པ།

༥ གསུམ་པ་རྒྱུ་འབྲུལ་གྱི་རྒྱུ་པ་ནི། བཙོན་འབྲུས་དང་ལྡན་པ་ནི་  
སེམས་རུང་བ་ཉིད་དུ་བྱེད་པས། ཞེས་པ་ནས། རྒྱུ་འབྲུལ་གྱི་རྒྱུ་པའི་རྣམ་པ་  
བཞི་ལོ། ཞེས་པའི་བར་གསུངས། འདྲིའི་སྐབས་སུ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ།  
ཁ་ཅིག སྤྱུལ་བསྐྱར་སྣ་ཚོགས་ཀྱི་རྟེན་བྱེད་པའི་རང་གི་དམིགས་པ་ལ་ཅེ་  
གཅིག་པའི་ཉིང་དེའི་འཛིན། རྒྱུ་འབྲུལ་གྱི་རྒྱུ་པའི་མཆན་ཉིད་ཟེར་ན། ལམ་  
མ་ཞུགས་ཀྱི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་དེ་འདྲ་བའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ཆོས་ཅན། མཆོན་  
བྱ་དེར་ཐལ། མཆན་ཉིད་དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ།  
རྒྱུ་འབྲུལ་གྱི་མངོན་ཤེས་ཐོབ་ལ་མཉམས་པའི་བྱི་རོལ་པ་ཡོད་པའི་བྱིར།  
དེར་ཐལ། དེ་ཐོབ་པའི་བྱི་རོལ་པ་ཡོད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། མཐུན་པ་ཡིན་  
པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་བྱས་སོ། ཁ་ཅིག ལམ་ཞུགས་གང་  
ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་དེ་འདྲ་བའི་ཉིང་དེ་འཛིན། རྒྱུ་འབྲུལ་གྱི་རྒྱུ་པའི་མཆན་ཉིད་  
ཟེར་ན། རྒྱུ་འབྲུལ་གྱི་རྒྱུ་པ་མ་ཐོབ་པའི་ལམ་ཞུགས་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་དེ་  
འདྲའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ། མཆན་ཉིད་དེའི་བྱིར།  
དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། རྒྱུ་  
འབྲུལ་སྣ་ཚོགས་སྟོན་བྱས་པའི་ལམ་མ་ཞུགས་ཡོད་པ་གང་ཞིག །དེ་ལྟར་ན་

དེ་ཡང་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན་སྒྲ། ཁ་ཅིག་ འདུན་པའི་རྩ་འབྲུལ་གྱི་རྒྱུ་པ་  
ཡིན་ན། འདུན་པ་ཡིན་པས་བྱུང་། དེ་བཞིན་དུ་གཞན་ལ་ཡང་སྒྲོར་བེར་ན། རྩ་  
འབྲུལ་གྱི་རྒྱུ་པར་གྱུར་པའི་འདུན་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་དུ་གྱུར་པའི་གཙོ་  
སེམས་ཚོས་ཅན། འདུན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདུན་པའི་རྩ་འབྲུལ་གྱི་རྒྱུ་པ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སེམས་བྱང་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། བྱུང་  
སྒྲེ། འདུན་སོགས་ཡུལ་ངེས་ལྡན་པོ་གང་རུང་ལ་སེམས་བྱང་གིས་བྱུང་པའི་  
ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་གི་ལུགས་ལ། ཡང་དག་སྒྲོང་བ་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་གི་  
རྒྱུད་གྱི་སྒྲུལ་པ་རྒྱུར་སྒྲ་ཚོགས་ཀྱི་རྟེན་བྱེད་པའི་རིགས་སུ་གནས་པའི་  
མཁའ་པ། རྩ་འབྲུལ་གྱི་རྒྱུ་པའི་མཚན་ཉིད། དེ་ལ་འདུན་པའི་རྩ་འབྲུལ་གྱི་  
རྒྱུ་པ། བཙོན་འབྲུས་ཀྱི་དེ། སེམས་ཀྱི་དེ། དཔྱེད་པའི་རྩ་འབྲུལ་གྱི་རྒྱུ་པ་  
དང་བཞིའོ། །

༥ གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྒྲོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་ རྩ་འབྲུལ་གྱི་རྒྱུ་པ་ཡིན་ན།  
ཞེས་པ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། རྩ་  
འབྲུལ་ཡིན་ན། ཞེས་པ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར་ན། མ་བྱུང་།  
འདོད་ན། སྒྲུལ་བསྒྱུར་ཡིན་ན། ཞེས་པ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་  
ཕྱིར། འདོད་ན། བྱང་སེམས་ཀྱིས་ལུས་གཅིག་ཏུ་སྒྲུལ་ཞིང་མང་པོར་བསྒྱུར་

བ་དང་། མང་པོར་སྤྱལ་ནས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱར་བ་དེ་ཡང་ཞེས་པ་ཡིན་པར་  
ཐལ་ལོ། །ཁ་ཅིག རྩ་འབྲུལ་གྱི་རྒྱུ་པ་ཡིན་པ། ཉིང་འཛིན་ཡིན་དགོས་པར་  
ཐལ། མདོད་ལས། རྩ་འབྲུལ་རྒྱུ་པ་ཉིང་འཛིན་ཏོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་  
ན། མ་ཁྱེད།

### དབང་པོ་ལྔ།

༥ བཞི་པ་དབང་པོ་ནི། སེམས་ཡོངས་སུ་སྤྱང་བ་བྱས་པ་ལས་ངོ་བ་  
དང་ཅེ་མོའི་སྦྱོར་བ་འབྱུང་བས། ཞེས་པ་ནས་པོའི་རྣམ་པ་ལྟོ་ཞེས་བའི་  
བར་གསུངས། འདིའི་སྐབས་སུ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག དད་པ་  
ཡིན་ན། དད་པའི་དབང་པོ་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། ལམ་མ་ཁྱུགས་ཀྱི་གང་  
ཟག་པལ་བའི་རྒྱུད་ཀྱི་དད་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། མི་  
འཐད་དེ། ཆོས་ཅན་དེའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག དད་པའི་དབང་པོ་ཡིན་ན། བྱང་  
སྤྱོགས་སོ་བདུན་གྱི་ནང་ཆན་དུ་གྱུར་པའི་དད་པའི་དབང་པོ་ཡིན་པས་ཁྱབ་  
ཟེར་ན། ལམ་དུ་འཇུག་ཁ་མའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་དད་པའི་དབང་པོ་ཆོས་  
ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་ཕྱིར། དེ་དེར་ཐལ། དེ་  
ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ལམ་དུ་མ་ཁྱུགས་པའི་རིགས་ཅན་གསུམ་སོ་སོ་  
ལ་ནང་གསེས་ཀྱི་དབང་པོ་ནི་རྩལ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན་སྤྱོད། ཁ་ཅིག ལམ་  
ཁྱུགས་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་དད་པའི་དབང་པོ་ཡིན་ན། དེའི་ནང་ཆན་དུ་གྱུར་

པའི་དད་པའི་དབང་པོ་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཚོགས་ལམ་ཐོབ་  
མ་ཐག་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱད་ཀྱི་དད་པའི་དབང་པོ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་  
ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། ཚོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

༺ གཉིས་པ་རང་གི་ལྷགས་ལ། སྒྲོར་ལམ་དོད་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་གི་  
རྒྱད་ཀྱི་རང་འབྲས་འཕགས་ལམ་བསྐྱེད་པ་ལ་དབང་བྱེད་པའི་དད་སོགས་  
ལྷ་པོ་གང་རུང་གིས་བསྐྱུས་པའི་མཁུན་པ། བྱང་སྒྲོགས་སོ་བདུན་གྱི་ནང་  
ཚན་དུ་གྱུར་པའི་དབང་པོའི་མཚན་ཉིད། སེལ་དད་པའི་དབང་པོ། བཙུན་  
འབྲས་ཀྱི་དབང་པོ། དུན་པའི་དབང་པོ། ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་དབང་པོ། ཞེས་རབ་  
ཀྱི་དབང་པོ་དང་ལྷ་ཡོད།

༺ གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྒྲོར་བ་ལ། ཁ་ཅིག་ལམ་མ་ཞུགས་ན། དད་པའི་  
དབང་པོ་མེད་པར་ཐལ། དེ་ན་བྱང་སྒྲོགས་སོ་བདུན་གྱི་ནང་ཚན་དུ་གྱུར་པའི་  
དད་པའི་དབང་པོ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། མ་ཁྱབ། ཁ་ཅིག་དད་པའི་དབང་པོ་  
ཡིན་ན། སེམས་བྱུང་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། དད་པ་ཡིན་ན། སེམས་བྱུང་  
ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དད་སོགས་དགེ་བ་བཙུག་ཅིག་པོ་གང་  
རུང་ཡིན་ན། སེམས་བྱུང་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར་ན། དེ་ཞེས་མ་ཁྱབ། འདོད་  
མི་རྒྱས་སོ།



## སྟོབས་ལྡ།

༥ ལྷ་པ་སྟོབས་ནི། རྩོ་བ་ལ་སོགས་ཐོང་བ་ལ། ཞེས་པ་ནས། རྣམ་པ་  
ལྷའོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས། འདིའི་སྐབས་སུ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ་ཁ་  
ཅིག་སྟོབས་ཡིན་ན། སྟོབས་ལྷ་པོ་གང་རུང་ཡིན་པས་བྱ་བ་ཟེར་ན། བྱི་རོལ་  
པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ལུས་ངག་གི་སྟོབས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ།  
དེ་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་ལུས་རྩལ་དང་ངག་རྩལ་ཡོད་པའི་བྱིར།  
འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་ཅིག་དད་པའི་དབང་པོ་དང་སྟོབས་གཉིས་འགལ་ཟེར་  
ན། སྦྱོར་ལམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་དད་པའི་སྟོབས་ཆོས་ཅན། དད་པའི་དབང་པོ་མ་  
ཡིན་པར་ཐལ། དད་པའི་སྟོབས་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་ན། དེ་ཡིན་པར་ཐལ།  
རང་གི་མི་མ་ཐུན་སྟོགས་མ་དད་པ་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པའི་དད་པའི་དབང་  
སྟོབས་གང་རུང་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་དད་པའི་དབང་པོ་རྒྱུད་ལྡན་གྱི་གང་  
ཟག་གི་རྒྱུད་ལ་མ་དད་པ་འཇུག་པ་ཡོད་ཀྱང་། དད་པའི་སྟོབས་རྒྱུད་ལྡན་གྱི་  
གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ལ་མ་དད་པ་འཇུག་པ་མེད་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ།  
དད་པའི་སྟོབས་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ལ་མ་དད་པ་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་  
ཐལ། སྦྱོར་ལམ་བཟོད་པ་པའི་རྒྱུད་ལ་མ་དད་པ་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ།  
དེའི་རྒྱུད་ལ་ཉེ་ཉོན་ཉི་ཤུའི་ནང་ཆོན་གྱི་མ་དད་པ་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ།  
ཐེ་ཆོམ་ཉོན་མོངས་ཅན་ནི་རྣམ་གྲོལ་ལམ་ཐོབ་པའི་ཆེ་སྤངས་པའི་བྱིར།

༥ གཉིས་པར་རང་ལྷགས་ལ། སྒྲོར་ལམ་བཅོད་པ་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱད་ཀྱི་རང་འབྲས་འཕགས་ལམ་བསྐྱེད་པ་ལ་དབང་བྱེད་པའི་དད་སོགས་ལྷ་པོ་གང་རུང་གིས་བསྐྱས་པའི་མཁུན་པ། བྱང་སྤྱོགས་སོ་བདུན་གྱི་ནང་ཚན་དུ་གྱུར་པའི་སྟོབས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། དེ་ལ་དད་པ། བཙོན་འགྲུས། དཔྱད་པ། ཉིང་ངེ་འཛིན། ཞེས་རབ་ཀྱི་སྟོབས་དང་ལྷ་ཡོད། དད་པའི་དབང་སྟོབས་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ཡོད་དེ། དད་པའི་དབང་པོའི་རྗེས་ཀྱི་གནས་སྐབས་སུ་རང་གི་མི་མཐུན་སྤྱོགས་མ་དད་པ་སོགས་མངོན་གྱུར་པས་ཚུར་ལ་བེལ་གྱིས་གཞོན་ཡང་། དད་པའི་སྟོབས་ཐོབ་པའི་རྗེས་ཀྱི་གནས་སྐབས་སུ་རང་གི་མི་མཐུན་སྤྱོགས་མ་དད་པ་སོགས་མངོན་གྱུར་པས་ཚུར་བེལ་གྱིས་མི་གཞོན་པར་མ་བྱད། བར་བེལ་གྱིས་གཞོན་པར་བྱེད་པ་དེ་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ཡིན་པའི་བྱིད།

༥ གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྒྲོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་སྤྱི་རོལ་པའི་རྒྱད་ལ་དད་པའི་སྟོབས་ཡོད་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་ལ་སྟོབས་ཡོད་པའི་བྱིར་ན། མ་ཁྱབ། མ་གྲུབ་ན་དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་ལ་སྟོབས་དང་བཙོན་འགྲུས་གཉིས་ཀ་ཡོད་པའི་བྱིད། ཁ་ཅིག་ཉན་ཐོས་ཚོགས་ལམ་པའི་རྒྱད་ལ་སྟོབས་ལྷ་པོ་གང་རུང་ཡོད་པར་ཐལ། བྱང་སེམས་ཚོགས་ལམ་པའི་རྒྱད་ལ་དེ་ཡོད་པའི་བྱིར་ན། མ་ཁྱབ། ཉན་ཐོས་དབང་བཙོན་པའི་རྟོགས་པ་སྟོན་དུ་སོང་བའི་

བྱང་སེམས་ཆོགས་ལམ་པའི་རྒྱད་ལ་དེ་ཡོད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རྣམས་སོ།།

### བྱང་ཆུབ་ཡན་ལག

༥ བྱག་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་ནི། རྩོ་བ་ལ་སོགས་པ་བཞི་རྟོགས་པ་  
ལ་བདེན་པ་མཐོང་བའི་ལམ་འབྱུང་བས། ཞེས་པ་ནས། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་  
ལག་གི་རྣམ་པ་བདུན་ལོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུང་། འདིའི་སྐབས་སུ་གསུམ་  
ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་ཡིན་ན། བྱང་ཆུབ་གསུམ་  
པོ་གང་རུང་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། ཉན་ཐོས་མཐོང་ལམ་པའི་རྒྱད་ཀྱི་བླ་བ་  
ཡང་དག་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། འདོད་ན།  
དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ཀྱང་མ་ཡིན། གཞན་གཉིས་གང་  
རུང་ཡང་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། དང་པོ་དེ་ཐལ། དེ་ཉན་ཐོས་དབྱེ་བཅོམ་པའི་  
རྒྱད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་མ་ཁྱབ་ཟེར། ཁ་ཅིག་བྱང་ཆུབ་  
ཀྱི་ཡན་ལག་ཡིན་ན། ཐེག་དམན་ཀྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པས་ཁྱབ་ཟེར་  
ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པའི་རྒྱད་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་  
ལག་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་བྱིར།  
དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་ཀྱི་དོན་དམ་སེམས་བསྐྱེད་  
དེ་འཁོར་བྱང་ཆུབ་ཡན་ལག་བདུན་དང་བཅས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། མདོ་སྡེ་  
རྒྱན་ལས། ཏྲ་ཏྲ་རིན་ཆེན་བདུན་ལྟ་བུའི། །བྱང་ཆུབ་ཡན་ལག་བདུན་གྱིས་

བསྟོར། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། །ཁ་ཅིག བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་ཡིན་ན།  
 མཐར་ཐུག་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན། མཐར་ཐུག་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
 རྒྱ་ཡོད་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེ་འདུས་  
 ན་བྱས་ཡིན་པའི་བྱིར། །ཁ་ཅིག ཉན་ཐོས་ཆོགས་ལམ་པའི་རྒྱུད་ལ་བྱང་ཆུབ་  
 ཀྱི་ཡན་ལག་ཡོད་ཟེར་ན། དེ་མེད་པར་ཐལ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་ཡིན་ན།  
 འཕགས་ལམ་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་པ་གསུམ་པོ་གང་རུང་  
 གི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་བདུན་པོ་ཐོབ་པ་དང་། འཕགས་ལམ་ཐོབ་པ་དུས་  
 མཉམ་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དམན་ལམ་སྟོན་དུ་མ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་  
 སྟོར་ལམ་པ་དེས་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་མཐོང་ལམ་ཐོབ་པ་དང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་  
 ལག་བདུན་པོ་ཐོབ་པ་དུས་མཉམ་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས།  
 རྒྱལ་སྤྱི་བྱང་ཆུབ་ཕྱོགས་མཐུན་པ། །རྣམ་པ་སྣ་ཆོགས་ཐམས་ཅད་དག །  
 ཉག་ཏུ་མཐོང་བའི་ལམ་འདི་དང་། །སྟན་ཅིག་ཏུ་ནི་འཐོང་བར་འདོད། །ཅེས་  
 གསུངས་པའི་བྱིར།

༥ རང་གི་ལུགས་ལ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཆ་ཤས་སམ་རང་འབྲས་བྱང་ཆུབ་  
 ཀྱི་རྒྱ་གང་རུང་དུ་གྱུར་པའི་འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་མཁྱེན་པ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་  
 ལག་གི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་དྲན་པ་ཡང་དག་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག །ཆོས་རབ་  
 ཏུ་རྣམ་འབྱེད་ཡང་དག་དེ། བཙུན་འབྲས་ཡང་དག་དེ། དགའ་བ་ཡང་དག་དེ།

ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པ་ཡང་དག་དེ། ཉིང་འཛིན་ཡང་དག་དེ། བཏང་སྟོམས་ཡང་  
དག་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་དང་བདུན་མོང་།

༥ གསུམ་པ་ཚེད་པ་སྟོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་ཡིན་ན།  
ཐེག་དམན་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པས་བྱུང་བར་ཐལ། དེ་ཐེག་དམན་  
གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པའི་བྱིར། ཟེར་ན། མ་བྱུང་། ཁ་ཅིག་ཉན་ཐོས་  
མཐོང་ལམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་བྲན་པ་ཡང་དག་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་དེ། ཉན་ཐོས་  
ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཐེག་དམན་གྱི་བྱང་ཆུབ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་  
ཐལ། ཐེག་དམན་གྱི་གནས་སྐབས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ཡིན་པའི་བྱིར་ན། དེ་ཞིག་མ་  
བྱུང་།

### འཕགས་ལམ་ཡན་ལག

༥ བདུན་པ་འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་ནི། བདེན་པ་མཐོང་བ་ཡོངས་སུ་  
ཤེས་པ་ལ་སྟོམ་པའི་ལམ་འབྱུང་བས། ཞེས་པ་ནས། འཕགས་པའི་ལམ་ཡན་  
ལག་བརྒྱུད་ཀྱི་རྣམ་པ་བརྒྱུད་དེ། ཞེས་པའི་བར་གསུང་། འདིའི་སྐབས་སུ་  
གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ་ཁ་ཅིག་འཕགས་ལམ་གྱི་ཆ་ཤིས་ཡིན་ན། འཕགས་  
ལམ་ཡན་ལག་ཡིན་པས་བྱུང་བའི་ཟེར་ན། འོ་ན། བྱམ་པའི་ཆ་ཤིས་ཡིན་ན། བྱམ་  
པ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། བྱམ་པའི་  
མཆུ་ཞབས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། ཏྲགས་གསལ་སྟེ། གཞན་ཡང་།



འཕགས་ལམ་གྱི་བྱང་པར་ཡིན་ན། འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་ཡིན་དགོས་  
 པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། འཕགས་ལམ་གྱི་བྱང་ཆོས་  
 ཡིན་ན། འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར།  
 འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་ཅིག ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་ཡིན་ན། འཕགས་ལམ་ཡན་  
 ལག་བརྒྱད་ཀྱི་ནང་ཆོན་དུ་གྱུར་པའི་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་ཡིན་པས་སྒྲུབ་ཟེར་  
 ན། ཉན་ཐོས་ཆོགས་ལམ་པའི་རྒྱད་ཀྱི་རྒྱ་དགེ་བ་བྱས་པ་ལས་འབྲས་བྱ་བ་དེ་  
 བ་འབྱུང་བར་ལྟ་བའི་ལྟ་བ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འཇིག་  
 ཉིན་པའི་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འཇིག་ཉིན་པའི་ཡང་  
 དག་པའི་ལྟ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མདོ་ལས། འཇིག་ཉིན་པ་ཡི་ཡང་  
 དག་ལྟ། །མི་གང་སྤྱུ་ལ་ཡོད་གྱུར་པ། །དེ་ནི་བསྐྱལ་བ་སྟོང་ནམས་སྤྱ། །ངན་  
 འགྲོར་འགྲོ་བ་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། འཕགས་  
 རྒྱད་ཀྱི་མཁྱེན་པ་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། །ཁ་ཅིག ཡང་དག་པའི་རྟོག་པ་ཡིན་ན།  
 འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ཀྱི་ནང་ཆོན་དུ་གྱུར་པའི་ཡང་དག་པའི་རྟོག་  
 པ་ཡིན་པས་སྒྲུབ། ཡང་དག་པའི་ངག་ཡིན་ན། དེའི་ནང་ཆོན་དུ་གྱུར་པའི་  
 ཡང་དག་པའི་ངག་ཡིན་པས་སྒྲུབ་ཟེར་ན། ལམ་མ་ཞུགས་གང་ཟག་གི་རྒྱད་  
 ཀྱི་དངོས་པོ་བདེན་མེད་དུ་རྟོགས་པའི་རྗེས་དཔག་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྟོག་པ་ཡང་དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བདེན་མེད་

རྟོགས་པའི་རྗེས་དཔག་ཡིན་པའི་སྤྱིར། འདོད་མི་བྱས་སོ། །སྤྱི་མ་ལ། མངོན་  
 རྟོགས་རྒྱན་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། ངག་ཡང་དག་ཡིན་  
 པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། ངག་རྣམ་དག་ཡིན་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། ་ཤེས་པ་ཡིན་  
 པར་ཐལ་སོ། །ཁ་ཅིག འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ཀྱི་ནང་ཆོན་དུ་གྱུར་  
 པའི་ཡང་དག་པའི་རྟོག་པ་ཡིན་ན། ཡང་དག་པའི་རྟོག་པ་ཡིན་པས་བྱུང་། དེའི་  
 རང་ཆོན་དུ་གྱུར་པའི་ཡང་དག་པའི་ལག་ཡིན་ན། ཡང་དག་པའི་ལག་ཡིན་  
 པས་བྱུང་བེད་ན། དང་པོ་ལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱད་ཀྱི་འཕགས་  
 ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ཀྱི་ནང་ཆོན་དུ་གྱུར་པའི་ཡང་དག་པའི་རྟོག་པ་ཆོས་  
 ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་སྤྱིར། རྟོགས་སྒྲ། འདོད་མི་བྱས་ཏེ། རྟོག་པ་མ་ཡིན་པའི་  
 སྤྱིར། སྤྱི་མ་དེ་ཡང་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། ཡང་དག་པའི་ལག་མ་ཡིན་  
 དགོས་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། ཡང་དག་པའི་ལག་ཡིན་ན། ལག་ཡིན་དགོས་  
 པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། ཡང་དག་པའི་ལུས་ཡིན་ན། ལུས་ཡིན་དགོས་པའི་  
 སྤྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་གི་ལུགས་ལ། འཕགས་ལམ་གྱི་ཆ་ཤས་སམ་རང་  
 འབྲས་འཕགས་ལམ་གྱི་རྒྱ་གང་རུང་དུ་གྱུར་པའི་འཕགས་རྒྱད་ཀྱི་མཁྱེན་པ།  
 འཕགས་ལམ་གྱི་ཡན་ལག་གི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་དེར་གྱུར་པའི་ཡང་དག་  
 པའི་ལྟ་བུ། ཡང་དག་པའི་རྟོག་པ། ཡང་དག་པའི་ལག། །ཡང་དག་པའི་ལས་

ཀྱི་མཐའ། ཡང་དག་པའི་འཆོ་བ། ཡང་དག་པའི་རྩོལ་ལང་། ཡང་དག་པའི་  
བླ་བ། ཡང་དག་པའི་ཉིང་འཛིན་དང་བརྒྱད་ཡོད། སྤྲེའི་བསྐྱུ་ན་སོ་བདུན་  
ཡོད་ལ་སོ་བདུན་པོ་དེས་ནམ་མཁུན་གྱི་ནམ་པ་སོ་བདུན་ཡང་ཤེས་པར་  
བྱའོ། །

༥ གསུམ་པ་རྩོད་པ་སྤོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག ལམ་ཤེས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཡིན་  
ན། ལམ་ཤེས་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། འཕགས་ལམ་གྱི་ཡན་ལག་ཡིན་ན།  
འཕགས་ལམ་ཡིན་དགོས་པའི་སྤྱིར་ན་མ་ཁྱབ། འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་ཅིག  
སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ལ་འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ཀྱི་ནང་  
ཆོན་དུ་གྱུར་པའི་ཡང་དག་པའི་རྩོལ་བ་ཡོད་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་  
སྤྱིར། འདོད་ན། དེའི་རྒྱུད་ལ་རྩོལ་བ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྤྱིར་ན། མ་  
ཁྱབ། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེའི་རྒྱུད་ལ་འབད་རྩོལ་མེད་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ།  
དེ་འབད་རྩོལ་མཐའ་དག་སྤངས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཁོ་ན་རེ།  
སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ལ་རྩོལ་བ་ཡོད་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་  
བརྩོན་འགྲུས་ཡོད་པའི་སྤྱིར་ན། མ་ཁྱབ། རྟགས་དེར་ཐལ། དེའི་པར་ཕྱིན་  
དུག་ཡོད་པའི་སྤྱིར། ཁ་ཅིག བྱང་ཆུབ་ཡན་ལག་དང་པོར་ཐོབ་ནས་དེ་རྩིས་  
འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་ཐོབ་དགོས་པའི་གོ་རིམ་ངེས་ཅན་ཡིན་པར་ཐལ།  
མདོ་སྤྲེའི་རྒྱན་ལས། དེ་ཡི་འོག་ཏུ་རྩིས་སྤྲུ། ། རྟགས་པའི་རྩིས་སུ་འཇུག་པ་

སྒྲེ། །ཞེས་དང་། མཉམ་གཞག་ངི་བཞིན་རྟོགས་པ་དང་། །ཞེས་གསུངས་པའི་  
ཕྱིར་ན། མ་ཁྲབ། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། དམན་ལམ་སྟོན་དུ་མ་སོང་བའི་ཐེག་  
ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་བའི་རྒྱད་ལ་འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་  
ཡོད་པའི་ཕྱིར།

### རྣམ་ཐར་སྒྲོ་གསུམ།

༺ གཉིས་པ་བྱང་སེམས་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་བཤད་པ་ལ་དུག  
གཉེན་པོའི་ལམ། སྤྱལ་བའི་ལམ། མཐོང་ཆོས་བདེར་གནས་ཀྱི་ལམ། འདས་  
ལམ། སྟོང་བཞིའི་ལམ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་མོ། །དང་པོ་ནི། ལམ་ཤེས་པ་  
ཉིད་ལ་གཉེན་པོའི་ལམ། ཞེས་པ་ནས། རྣམ་ཐར་ཐལ་བའི་སྒྲོ་གསུམ་གྱི་རྣམ་  
པ་གསུམ་མོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུང་།

འདིའི་སྐབས་སུ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ་ཁ་ཅིག  
རྣམ་ཐར་སྒྲོ་གསུམ་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་  
རྣམ་ཐར་སྒྲོ་གསུམ་པོ་གང་རུང་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་  
པའི་རྒྱད་ཀྱི་རྣམ་ཐར་ཐར་བའི་སྒྲོ་སྟོང་བ་ཉིད་ཀྱི་ཉིང་འཛིན་ཆོས་ཅན། དེར་  
ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱད་ཀྱི་རྣམ་ཐར་སྒྲོ་གསུམ་པོ་  
གང་རུང་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་སོ། །ཁ་ཅིག རྣམ་  
ཐར་ཐར་བའི་སྒྲོ་སྟོང་བ་ཉིད་ཀྱི་དམིགས་པ་ཡིན་ན། སྟོང་ཉིད་ཡིན་པས་བྱུང་

ཟེར་ན། སྐྱབ་བསྐྱལ་བདེན་པའི་སྟོང་གི་དོན་གཞན་གྱིས་སྟོང་པ་ཆོས་ཅན།  
 དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མངོན་ལས། སྟོང་ཉིད་བདག་མེད་སྟོང་ཉིད་  
 ཏུ། །འཇུག་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཀྱན་རྫོབ་  
 བདེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག རྣམ་ཐར་སྒོ་གསུམ་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན།  
 ཐེག་དམན་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པས་བྱུང་བེར་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་  
 ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་པར་  
 ཐར་པའི་སྒོ་སྟོང་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྒོ་བ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྟོང་ཉིད་  
 མངོན་སུམ་ཏུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་  
 ཅིག དེ་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པས་བྱུང་བེར་ན། ཉན་  
 ཐོས་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་  
 ཐལ། རྣམ་པར་ཐར་པའི་སྒོ་སྟོང་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཉན་ཐོས་  
 ཀྱི་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། གང་ཟག་གི་བདག་  
 མེད་མངོན་སུམ་ཏུ་རྟོགས་པའི་སྒོ་བ་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག རྣམ་པར་  
 ཐར་པའི་སྒོ་སྟོང་པ་ཉིད་ཡིན་ན། ཉིང་ངེ་འཇིན་ཡིན་པས་བྱུང་བེར་ན། ཐེག་  
 ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་བའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན།  
 སེམས་བྱུང་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། གཙོ་སེམས་



ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག རྣམ་པར་ཐར་པ་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ཉིང་དེ་འཛིན་ཡིན་ན།  
རྣམ་པར་ཐར་པའི་སྟོ་སྟོང་པ་ཉིད་ཡིན་པས་བྲལ། རྣམ་པར་ཐར་པ་སྟོང་པ་  
ཉིད་ཡིན་ན། རྣམ་པར་ཐར་པ་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ཉིང་འཛིན་ཡིན་པས་བྲལ་བེད་  
ན། དང་པོ་ལ། ཉན་ཐོས་སྒྱུར་ལམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་  
རྟོགས་པའི་ལྷག་མཐོང་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བདག་  
མེད་རྟོགས་པའི་སྟོམ་བྱུང་གི་མཁྱེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བདག་  
མེད་རྟོགས་པའི་ལྷག་མཐོང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་  
མཁྱེན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། བྱི་མ་ལ། སྟོབ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་བདག་  
མེད་རྟོགས་པའི་བསམ་བྱུང་གི་སྟོ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
བདག་མེད་རྟོགས་པའི་མཁྱེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སྟོམ་བྱུང་གི་སྟོ་  
ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། །ཁ་ཅིག རྣམ་པར་ཐར་པའི་སྟོ་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། སྟོང་པ་  
ཉིད་ཀྱི་གཞི་མཐུན་པ་ཡོད་ཟེར་ན། དེ་མེད་པར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། སྟོང་པ་ཉིད་  
མ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག རྣམ་པར་སྟོ་གསུམ་པོ་འགལ་ལོ་ཟེར་ན།  
དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་དེ་རྣམ་པར་  
སྟོ་གསུམ་ག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་རྣམ་པར་ཐར་པའི་སྟོ་སྟོང་པ་ཉིད་  
གང་ཞིག། གཞན་གཉིས་ཀྱང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་བསྐྱབས་ཟེར། བྱི་མ་  
དེར་ཐལ། འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་གཉིས་བདེན་མེད་དུ་

མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སྟོབ་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

༺ གཉིས་པ་རང་གི་ལུགས་ལ། ཐུན་མོང་བའི་རྣམ་ཐར་སྟོ་གསུམ་  
 དང་། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྣམ་ཐར་སྟོ་གསུམ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ཐུན་  
 མོང་བའི་དེ་ཡོད་དེ། བདེན་བཞིའི་ནང་ཆོན་གྱི་སྟོང་བདག་མེད་ལ་དམིགས་  
 ཞིང་དེའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་རྣམ་པར་ཐར་པའི་སྟོ་དེ། ཐུན་མོང་བའི་རྣམ་པར་  
 ཐར་པའི་སྟོ་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། སྤྱག་བསྐྱལ་བདེན་པའི་མི་རྟག་སྤྱག་བསྐྱལ་  
 གཉིས་ཀྱི་འབྲུང་གི་རྣམ་པ་བཞི་ལ་དམིགས་ཞིང་དེའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་རྣམ་  
 པར་ཐར་པའི་སྟོ་དེ། རྣམ་པར་ཐར་པའི་སྟོ་སྟོན་མེད་དང་། སྤྱག་མ་འགོག་  
 ལམ་གྱི་རྣམ་པ་བརྒྱད་ལ་དམིགས་ཞིང་དེའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་རྣམ་པར་ཐར་  
 པའི་སྟོ་དེ། རྣམ་པར་ཐར་པའི་སྟོ་མཆོན་མེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེས་མི་རྟག་  
 སོགས་བཙུ་སྤྱག་ལ་དམིགས་པའི་རྣམ་ཐར་སྟོ་གསུམ་གྱང་མཆོན། གཉིས་  
 པ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྣམ་ཐར་སྟོ་གསུམ་གྱི་བྱང་པར་ཡོད་དེ། འདུས་  
 བྱས་གྱི་ཆོས་རྣམས་གྱི་ངོ་པོ་བདེན་མེད་དུ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་རྣམ་  
 པར་ཐར་པའི་སྟོ་དེ། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྣམ་པར་ཐར་པའི་སྟོ་སྟོང་པ་ཉིད་  
 དང་། དེའི་རྒྱ་བདེན་མེད་དུ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་རྣམ་པར་ཐར་པའི་སྟོ་  
 དེ། རྣམ་པར་ཐར་པའི་སྟོ་མཆོན་མེད་དང་། དེའི་འབྲས་བུ་བདེན་མེད་དུ་  
 མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་རྣམ་པར་ཐར་པའི་སྟོ་དེ། རྣམ་པར་ཐར་པའི་སྟོ་

སྒོན་མེད་དུ་འཛོག་པའི་ཕྱིར།

༥ གསུམ་པ་རྩོད་པ་སྒྲོང་པ་ལ། ཁ་ཅིག ཉན་ཐོས་ཆོག་པ་ལས་པའི་  
རྒྱུད་ལ་རྣམ་པར་ཐར་པའི་སྒོ་སྒྲོང་པ་ཉིད་ཡོད་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་རྣམ་  
པར་ཐར་པ་སྒྲོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ཉིང་རེ་འཛིན་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ན། མ་ཁྲབ། འདོད་མི་  
བྱས་ཏེ། རྣམ་པར་ཐར་པའི་སྒོ་སྒྲོང་པ་ཉིད་སོགས་གསུམ་པོ་གང་རུང་ཡིན་  
ན། འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་མཁྱེན་པ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག སངས་རྒྱས་  
འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་རྣམ་ཐར་སྒོ་གསུམ་པོ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རྒྱུད་ལ་  
ཡོད་པ་དང་རྗེས་སུ་མ་བྱུན་པའི་རྣམ་མཁྱེན་ཀྱི་རྣམ་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
ཉན་ཐོས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པ་དང་རྗེས་སུ་མ་བྱུན་པའི་རྣམ་མཁྱེན་ཀྱི་རྣམ་པ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར་བེད་ན། མ་ཁྲབ།

### སྤྱུལ་ལམ།

༥ གཉིས་པ་སྤྱུལ་བའི་ལམ་ནི། སྤྱུལ་བའི་ལམ་ལ་གཟུགས་ཀྱི་འདུ་  
ཤེས་རྣམ་པར་བཞེག་པ་དང་རྣམ་པར་མ་བཞེག་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པ་ནས།  
རྣམ་པར་ཐར་པའི་སྒོ་གསུམ་མོ། ཞེས་པའི་བར་གསུང་། འདིའི་སྐབས་སུ་  
གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག གཟུགས་ཅན་ལ་ལྟ་བའི་རྣམ་ཐར་ཡིན་ན།  
གཟུགས་ཅན་གཟུགས་ལ་ལྟ་བའི་རྣམ་ཐར་ཡིན་པས་བྱང་བེད་ན། བྱང་  
སེམས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་གཟུགས་མེད་གཟུགས་ལ་ལྟ་བའི་རྣམ་ཐར་

ཚེས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཚེས་ཅན་དེའི་ཕྱིར། འདོད་མི་  
 རུས་ཏེ། སློབ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་གཟུགས་མེད་གཟུགས་ལ་ལྟ་བའི་རྣམ་ཐར་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། །ཁ་ཅིག་གཟུགས་མེད་གཟུགས་ལ་ལྟ་བའི་རྣམ་ཐར་ཡིན་ན།  
 གཟུགས་མེད་ཀྱི་རྣམ་ཐར་ཡིན་པས་སྒྲུབ་ཟེར་ན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་  
 རྒྱུད་ཀྱི་གཟུགས་མེད་གཟུགས་ལ་ལྟ་བའི་རྣམ་ཐར་ཚེས་ཅན། དེར་ཐལ།  
 དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། གཟུགས་མེད་ཀྱི་དངོས་གཞི་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་  
 ཕྱིར། འདོད་ན། གཟུགས་ལྷལ་དུ་མི་བྱེད་པར་ཐལ། སློབ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་  
 གཟུགས་མེད་ཀྱི་དངོས་གཞི་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་ཁས། འདོད་མི་རུས་  
 སོ། །ཁ་ཅིག་གཟུགས་ཅན་གཟུགས་ལ་ལྟ་བའི་རྣམ་ཐར་ཡིན་ན། རང་རྣལ་  
 འབྱོར་བ་རང་ཉིད་ལ་གཟུགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་ཉེ་བར་བཞག་པའི་རྣམ་ཐར་  
 ཡིན་པས་སྒྲུབ་ཟེར་ན། འོ་ན། གཟུགས་ཅན་གཟུགས་ལ་ལྟ་བའི་རྣམ་ཐར་  
 ཚེས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་རྒྱུད་ལྡན་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་བ་དེ་  
 གཟུགས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །དེ་ལ་ཁོ་ན་རེ།  
 དེས་རང་རྣལ་འབྱོར་བ་ལ་གཟུགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བཞག་ཀྱང་དེ་གཟུགས་མ་  
 ཡིན་ཅོ་ཟེར་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་གཟུགས་ཅན་གཟུགས་  
 ལ་ལྟ་བའི་རྣམ་ཐར་དེས་སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ལ་གཟུགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་  
 ཉེ་བར་བཞག་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སངས་རྒྱས་

འཕགས་པ་གཟུགས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འབྲེལ་སྤྱོད་མངས་རྒྱས་  
འཕགས་པའི་རྒྱུད་ལ་འབྲེལ་ཤེས་མེད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་ལུས་ཏེ། གང་  
ཟག་ཡིན་པའི་བྱིར། གཞན་ཡང་། མངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་  
གཟུགས་ཅན་གཟུགས་ལ་ལྟ་བུའི་རྣམ་ཐར་དེ་ཉིད་གཟུགས་ཡིན་པར་ཐལ།  
དེས་ནང་རྣལ་འབྱོར་བ་རང་ཉིད་ལ་གཟུགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་ཉེ་བར་བཞག་  
པའི་བྱིར། འདོད་མི་ལུས་སོ། །ཁ་ཅིག་གོགས་སེལ་སྤྱད་པའི་རྣམ་ཐར་ཡིན་  
ན། གཟུགས་ཐམས་ཅད་སྤྱད་པ་རོ་གཅིག་ཏུ་སྒྲུབ་བས་འབྲེལ་བེད་ན། མངས་  
རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་གོགས་སེལ་སྤྱད་པའི་རྣམ་ཐར་ཆོས་ཅན། དེར་  
ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་བྱིར། འདོད་ན། གཟུགས་ཐམས་  
ཅད་སྤྱད་པ་རོ་གཅིག་ཡིན་པར་ཐལ། མངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་  
གོགས་སེལ་སྤྱད་པའི་རྣམ་ཐར་དེ་ལ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་བ་གང་ཞིག་ མངས་རྒྱས་  
འཕགས་པའི་རྒྱུད་ལ་འབྲེལ་ཤེས་མེད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། གཟུགས་མི་  
སྤྱད་པ་མེད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་ལུས་ཏེ། དཔྱལ་བ་མནར་  
མེད་ན་གཟུགས་མི་སྤྱད་པ་མཐར་ཐུག་ཡོད་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་གཟུགས་  
སྤྱད་པ་མཐར་ཐུག་མེད་ཟེར་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། ཡོངས་སྤྱིའི་གཟུགས་དེ་  
གཟུགས་སྤྱད་པ་མཐར་ཐུག་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། གཟུགས་མངོས་པ་  
མཐར་ཐུག་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་གཟུགས་ཆེ་བ་མཐར་ཐུག་དང་། ལྷན་



བའི་མཐར་ཐུག་མེད་ཟེར་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། སྒོད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་གྱི་  
གཟུགས་དེ། གཟུགས་ཆེ་བ་མཐར་ཐུག་དང་། རྩལ་ཕྱ་རབ་དེ་གཟུགས་ཚུང་  
བ་མཐར་ཐུག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་རྣམ་ཐར་རྒྱུད་ལ་ལྟན་པའི་ཕྱིར་རོལ་  
བ་ཡོད་ཟེར་ན། དེ་མེད་པར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན་ནང་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡིན་  
དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་ཐར་བད་པར་བེལ་གཞོན་གསུམ་སོགས་  
རུང་ཡིན་ན། རང་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རི་  
སྐད་དུ། རྣམ་ཐར་བད་པར་བེལ་གཞོན་རྣམས། །སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་ཁོ་ནའི་  
བྱུང་ཆོས་ཡིན། །བསྟན་ལ་མ་ཞུགས་པ་ལ་དེ་དག་མེད། །ཅེས་གསུངས་པའི་  
ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། ཐར་བ་དོན་གཉིས་ཀྱི་བསམ་བས་བེན་  
ཅིང་རང་སའི་ཉོན་མོངས་པས་མ་བསྐྱད་པའི་སྒྲོམས་འཇུག། རྣམ་ཐར་གྱི་  
མཚན་ཉིད། དེ་ལ་གཟུགས་ཅན་གྱི་རྣམ་ཐར་གསུམ་སོགས་ཡོད། རང་གི་  
སེམས་རྟེན་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་དང་གཟུགས་མེད་ཀྱི་དངོས་གཞི་  
གང་རུང་ལ་བརྟེན་ནས་ནང་རྣལ་འབྱོར་བ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ལུས་ལ་གཟུགས་ཀྱི་  
འདུ་ཤེས་ཉི་བར་བཞག་པའི་སྒྲོ་ནས་ཕྱི་རོལ་གྱི་གཟུགས་ཆེ་ཚུང་བཟང་ངན་  
སོགས་ལ་དམིགས་ནས་སྒྲུལ་བསྒྱུར་སྒྲོ་ཆོགས་བྱེད་པའི་གཟུགས་ཅན་གྱི་  
རྣམ་ཐར་དེ། གཟུགས་ཅན་གཟུགས་ལ་ལྟ་བུའི་རྣམ་ཐར་གྱི་དོ་བོ་དང་། རང་

གི་སེམས་རྟེན་དེ་གང་རྒྱང་ལ་བརྟེན་ནས་ནང་རྣམ་འབྱོར་བ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ལུས་  
ལ་གཟུགས་མེད་པའི་འདུ་ཤེས་ཉེ་བར་བཞག་པའི་སྒོ་ནས་སྤྱི་རོལ་གྱི་  
གཟུགས་ཆེ་ཆུང་བཟང་ངན་སོང་། ས་ལ་དམིགས་ནས་སྤྱུལ་བསྐྱར་སྒྲ་  
ཆོགས་བྱེད་པའི་གཟུགས་ཅན་གྱི་རྣམ་ཐར་དེ། གཟུགས་མེད་གཟུགས་ལ་  
སྤྱོད་པའི་རྣམ་ཐར་གྱི་རོ་བོར་འཛོག་ རང་གི་སེམས་རྟེན་དེ་གང་རྒྱང་ལ་བརྟེན་  
ནས་ནང་རྣམ་འབྱོར་བ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ལུས་ལ་གཟུགས་མེད་པའི་འདུ་ཤེས་ཉེ་  
བར་བཞག་པའི་སྒོ་ནས་སྤྱི་རོལ་གྱི་གཟུགས་སྤྱག་མི་སྤྱག་པན་ཚུན་སྟོས་  
ནས་བྱུང་བ་དང་། པན་ཚུན་རྗེས་སྤྱོད་འབྲེལ་བར་མོས་བ་ལ་བརྟེན་ནས་མཐར་  
གཟུགས་སྒྲ་ཐམས་ཅད་སྤྱག་པར་རོ་གཅིག་ཏུ་སྒྲ་བའི་རིགས་སྤྱོད་གནས་  
པའི་གཟུགས་ཅན་གྱི་རྣམ་ཐར། གོགས་སེལ་སྤྱག་པའི་རྣམ་ཐར་གྱི་རོ་བོ་  
ཡིན་ལ། གཟུགས་སྤྱག་མི་སྤྱག་ཀྱང་པན་ཚུན་སྟོས་བ་ཡིན་ཏེ། དངུལ་བྱ་མ་  
གྱི་གཟུགས་དེ་རྩ་བུམ་གྱི་གཟུགས་ལ་སྟོས་ཏེ་སྤྱག་པ་དང་། གསེར་བྱ་མ་གྱི་  
གཟུགས་ལ་སྟོས་ཏེ་དེ་ལྟར་སྤྱག་པ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར།

༥ གསུམ་བ་ཚོད་བ་སྒྲོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་སྤྱི་རོལ་བའི་རྒྱུད་ལ་རྣམ་ཐར་  
ཡོད་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་སྟོམས་འདུག་ཡོད་པའི་སྤྱིར་ན། མ་ཁྲབ། ཁ་  
ཅིག་གཟུགས་སྤྱག་མི་སྤྱག་གི་གཞི་མཐུན་ཡོད་པར་ཐལ། དངུལ་བྱ་མ་གྱི་  
གཟུགས་དེ་དེ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། དེ་གཟུགས་སྤྱག་པ་གང་ཞིག་མི་

སྒྲུག་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་དེར་ཐལ། གསེར་བུམ་གྱི་གཟུགས་ལ་ལྟོས་ཏེ་མི་སྒྲུག་  
 པའི་ཕྱིར་ན། མ་ཁྲབ། འོ་ན། མཆོག་དམན་གྱི་གཞི་མཐུན་པ་ཡོད་པར་ཐལ།  
 བྱང་སེམས་ཆོགས་ལམ་བདེ་ཉན་ཐོས་ལ་ལྟོས་ཏེ་མཆོག་དང་། སངས་རྒྱས་  
 འཕགས་པ་ལ་ལྟོས་ཏེ་དམན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའི་  
 གཟུགས་ཡིན་ན། གཟུགས་མངྩེས་པ་མཐར་ཐུག་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ།  
 ལོངས་སྤྱིའི་གཟུགས་དེ་གཟུགས་མངྩེས་པ་མཐར་ཐུག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན།  
 མ་ཁྲབ། འདོད་ན། མི་འཐད་པར་ཐལ། གཟུགས་མི་སྒྲུག་པའི་སྤྱལ་སྤྱི་ཡོད་  
 པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གཟུགས་འཛིགས་སུ་རུང་བའི་སྤྱལ་སྤྱི་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
 དེར་ཐལ། གཞོད་སྦྱིན་དང་སྦྱིན་པའི་གཟུགས་ཅན་ལྟ་བུའི་སྤྱལ་སྤྱི་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་གཟུགས་མི་སྒྲུག་པ་མེད་པར་ཐལ། དེ་ན་  
 གཟུགས་མི་ལེགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ན། མ་ཁྲབ་སྟུམ། དེར་ཐལ། དེ་ན་  
 གཟུགས་མི་བཟང་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ན་གཟུགས་དང་མི་བཟང་  
 བའི་གཞི་མཐུན་མེད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་གིས་མ་ཁྲབ་ཟེར། ཁ་ཅིག་རྩལ་སྤྱི་  
 རབ་དེ་གཟུགས་རྒྱང་བ་མཐར་ཐུག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལས་རྒྱང་བའི་  
 རྩལ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཆ་ཤས་ཅན་གྱི་རྩལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན། མ་  
 ཁྲབ། ཁོ་ན་རེ། དེ་ཆ་ཤས་ཅན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཆ་མེད་ཀྱི་རྩལ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་སྤྱོད་ཀྱི་ཆ་མེད་ཀྱི་རྩལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན།

མ་བྲལ།

མཐོང་ཆོས་ལ་བདེར་གནས་ཀྱི་ལམ།

༥ གསུམ་པ་མཐོང་ཆོས་ལ་བདེར་གནས་ཀྱི་ལམ་ནི། མཐོང་བའི་ཆོས་  
ལ་བདེ་བར་གནས་པའི་ལམ་ལ། ཞེས་པ་ནས། དེ་ལྟར་ན་རྣམ་པ་ལྔ་འོ། །ཞེས་  
པའི་བར་གསུང་། འདིའི་སྐབས་སུ་མཐའ་དཔྱོད་ནི་བསམ་གཟུགས་སོགས་  
ནས་ཤེས་པར་བྱ་ལ། དབྱེན་གཟུགས་མེད་ཀྱི་རྣམ་ཐར་བཞི། འགོག་པའི་  
རྣམ་ཐར་གཅིག་སྟེ་ལྔ་ཡོད།

འགོག་སྟོམས།

༥ བཞི་པ་འདས་ལམ་ནི། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་ལ་བསམ་  
གཏུན་བཞི་དང་། གཟུགས་མེད་པ་དང་། འགོག་པའི་སྟོམས་འཇུག་དག་སྟེ་  
དགུ་ལ། ཞེས་གསུངས། འདིའི་སྐབས་སུ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་  
ལྟའི་རྟེན་ལ་འགོག་སྟོམས་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་མེད་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ།  
འདོད་ལྟའི་རྟེན་ལ་འགོག་སྟོམས་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པར་མ་ཟད་གཟུགས་  
ཁམས་གནས་རིགས་བཅུ་དྲུག་གི་རྟེན་ལ་དེ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། འཕྲེང་བ་རྒྱལ་སྤངས་མ་ལས། འགོག་སྟོམས་གསར་དུ་སྐྱེ་བའི་  
ལུས་རྟེན་ལ་སྤིང་གསུམ་གྱི་མི། འདོད་ལྟ་རིགས་དྲུག་ གཟུགས་ཁམས་  
གནས་རིགས་བཅུ་དྲུག་གི་ལྟའི་རྟེན་ཏེ་ཉེར་ལྔ་བཤད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་

དགག་གཞི་ཀྱན་གཞིའི་སྟེང་དུ་དགག་བྱ་རྣམ་ཤེས་ཚོགས་བདུན་འཁོར་  
 བཅས་བཀག་པའི་ལྡན་མིན་འདུ་བྱེད། འགོག་སྟོམས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཟེར་ན།  
 དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། སྐབས་འདིར་ཀྱན་གཞི་དང་ཉོན་ཡིད་མེད་པའི་བྱིར།  
 དེར་ཐལ། དུམ་གྱི་མདོ་ནས་ཀྱན་གཞི་སྟོན་པའི་ཚིག་མེད་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག  
 དགག་གཞི་ཡིད་ཤེས་སྤྱོད་མེད་སྟེང་གི་དགག་བྱ་ཚོགས་དུག་འཁོར་བཅས་  
 བཀག་པའི་ལྡན་མིན་འདུ་བྱེད། འགོག་སྟོམས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཟེར་ན། འོ་ན།  
 ཡིད་ཤེས་སྤྱོད་མེད་སྟེང་དུ་ཡིད་ཤེས་བཀག་པའི་ལྡན་མིན་འདུ་བྱེད་ཡོད་པར་  
 ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། ཡིད་ཤེས་བཀག་པའི་ཡིད་ཤེས་  
 ཡོད་པར་ཐལ་ལོ། །ཁ་ཅིག དགག་གཞི་ཡིད་ཤེས་སྤྱོད་མེད་སྟེང་དུ་དགག་བྱ་  
 ཚོར་འདུར་གསལ་འཁོར་འཁོར་བཅས་བཀག་པས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པའི་  
 ལྡན་མིན་འདུ་བྱེད། འགོག་སྟོམས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཟེར་ན། འདུ་ཤེས་མེད་པའི་  
 སྟོམས་འཇུག་ལ་གནས་པའི་སོ་སྤྱིའི་རྒྱུད་ལ་འགོག་སྟོམས་ཡོད་པར་ཐལ།  
 དེའི་རྒྱུད་ལ་ཚོར་འདུར་གསལ་བཀག་པའི་ལྡན་མིན་འདུ་བྱེད་ཡོད་པའི་  
 བྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་འདུ་ཤེས་མེད་པའི་སྟོམས་འཇུག་ ༢༡། །ཡོད་  
 པའི་བྱིར། འདོད་ན། དེ་མེད་པར་ཐལ། འགོག་སྟོམས་ཡིན་ན། འཕགས་རྒྱུད་  
 ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར། གཞན་ཡང་། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་  
 རྒྱུད་ཀྱི་འགོག་སྟོམས་ཚོས་ཅན། མཆན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་བྱིར།



དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་ལ་མཐར་གནས་སྟོམས་འཇུག་དགུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
 འདོད་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱད་ལ་ཆོར་འདུ་རགས་པ་མེད་པར་  
 ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེའི་རྒྱད་ལ་ཆོར་བ་རགས་པ་ཡོད་  
 པ་གང་ཞིག་འདུ་ཤེས་རགས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་ལ་མིག་  
 གི་རྣམ་ཤེས་དང་མིག་གི་འདུས་ཏེ་རེག་པའི་རྒྱུ་གྱིས་ཆོར་བ་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར། ཁ་ཅིག་དགག་གཞི་ཡིད་ཤེས་སྤྲོ་མོའི་སྟོང་དུ་དགག། བྱ་ཆོར་འདུ་  
 རགས་པ་འཁོར་བཅས་བཀག་པས་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་པའི་འཕགས་རྒྱད་གྱི་  
 སྟོམས་འཇུག་འགོག་སྟོམས་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། ཕྱིར་མི་འོང་གི་རྒྱད་གྱི་  
 འདུ་ཤེས་མེད་པའི་སྟོམས་འཇུག་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ། མཆོན་  
 ཉིད་དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཤེས་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་  
 མི་རུས་སོ། །ཁ་ཅིག་འགོག་སྟོམས་ཤེས་པ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། འགོག་སྟོམས་གྱི་དམིགས་རྣམ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བསྐྱ་བ་ལས།  
 འགོག་པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ནི་ཟག་པར་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། ཉོན་མོངས་  
 པ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་དང་། མཚུངས་པར་ལྡན་པ་མ་ཡིན་པ་དང་། དམིགས་  
 པ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། འགོག་སྟོམས་གྱི་ལུས་ཉེན་གྱི་ཁྱད་པར་  
 ཡོད་དེ། ཕྱིར་མི་འོང་། རང་རྒྱལ་འཕགས་པ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་རྣམས་

ཀྱི་རྟེན་ལ་འགོག་སྟོམས་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འགོག་  
 སྟོམས་ཤེས་པ་མིན་ནང་སེམས་རྟེན་ཡོད་དེ། རང་གི་སེམས་རྟེན་སྲིད་ཅེའི་  
 དངོས་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རང་གི་སེམས་རྟེན་སྲིད་  
 ཅེའི་དངོས་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་དགག་གཞི་ཡིད་ཤེས་སྤྲོ་མོའི་སྟེང་དུ་དགག་  
 བྱ་ཆོར་འདུ་རགས་པ་འཁོར་བཅས་བཀག་པས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པས་རབ་  
 ཏུ་བྱེ་བའི་རིགས་སུ་གནས་པའི་འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་ལྷན་མིན་འདུ་བྱེད་གང་  
 ཞིག་མཐར་གནས་སྟོམས་འཇུག་དགྲའི་ནང་ཆོན་དེ། མཐར་གནས་སྟོམས་  
 འཇུག་དགྲའི་ནང་ཆོན་ཀྱི་འགོག་སྟོམས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་དམ་ངོ་བོ་ཡིན།

༥ གསུམ་པ་ཅོད་པ་སྤྲོད་བཤུགས། ཁ་ཅིག་འགོག་སྟོམས་ལ་མཉམ་པར་  
 བཞག་པའི་སྟོབ་པའི་རྒྱུད་ལ། ཆོར་འདུ་མེད་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་ཆོར་  
 འདུ་བཀག་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་ཆོར་འདུ་རགས་པ་བཀག་པའི་  
 ཕྱིར་ན། མ་བྱུག་འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེའི་རྒྱུད་ལ་ཆོར་འདུ་སྤྲོ་མོ་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར། ཁ་ཅིག་དེའི་རྒྱུད་ལ་ཡིད་ཤེས་མེད་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་ཡིད་ཤེས་  
 རགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ན། མ་བྱུག་འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེའི་རྒྱུད་ལ་སེམས་  
 ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་དེའི་རྒྱུད་ལ་  
 སེམས་མེད་པར་ཐལ། འདུ་ཤེས་མེད་པའི་སྟོམས་འཇུག་ལ་གནས་པའི་  
 སྟོབ་པའི་རྒྱུད་ལ་སེམས་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་འདུ་ཤེས་

མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་འདྲུ་ཤེས་མེད་པའི་སྟོམས་འཇུག་ལ་གནས་  
པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། དེའི་རྒྱུད་ལ་འདྲུ་ཤེས་མེད་པའི་  
སྟོམས་འཇུག་གི་ངོ་བོར་གྱུར་པའི་སེམས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་ཡིན་གྱང་།  
འདྲུ་ཤེས་མེད་ཅེས་བརྗོད་པ་ལ་སྟོན་མེད་དེ། འདྲུ་ཤེས་རགས་པ་མེད་པ་  
དང་། འདྲུ་ཤེས་མེད་པ་རུང་བའང་འདྲ་བས་ན་དེ་ལྟར་དུ་བརྗོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་  
ཅིག་ འགོག་སྟོམས་ཤེས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འགོག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། ཏྲགས་དེར་ཐལ། རྣམ་ཐར་བརྒྱུད་པོ་ཤེས་  
པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་ཅིག་ དེ་ཤེས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་པའི་འཇུག་སེམས་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན། མ་ཁྲབ།  
ཁ་ཅིག་ འགོག་སྟོམས་ཆོས་ཅན། ཤེས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། སྟོམས་འཇུག་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མཐར་གནས་སྟོམས་འཇུག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་  
ཐལ། མཐར་གནས་སྟོམས་འཇུག་ གི་ནང་ཆོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་  
དགྲའི་ནང་ཆོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན། མ་ཁྲབ། འདོད་མི་རུས་སོ། །ཟེར་ན། དུམ་  
བར་མ་ཆོས་ཅན། ཤེར་ཕྱིན་ཡིན་པར་ཐལ། ཤེར་ཕྱིན་གྱི་ནང་ཆོན་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཤེར་ཕྱིན་གསུམ་པོ་གང་རུང་གི་ནང་ཆོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
འཁོར་གསུམ། ཁ་ཅིག་ འགོག་སྟོམས་ལྡན་མིན་འདྲུ་བྱེད་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
དེ་འདྲུས་མ་བྱས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འགོག་པ་འདྲུས་མ་བྱས་ཡིན་

པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་བྲུབ། མ་གྲུབ་ན་དེར་ཐལ། འགོག་པ་ཞི་བ་གྲུ་ཞོམ་པ་  
ངེས་འབྱུང་གི་རྣམ་པ་བཞི་འདུས་མ་བྲས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

### སྒྲོང་ལམ།

༥ སྒྲོང་ལམ་ནི། སྒྲོང་བའི་ལམ་ལ་བར་ཆད་མེད་པའི་ལམ་གྱི་རྣམ་པ་  
བདེན་པ་བཞིས་བསྐྱས་པ་ཉོན་མོངས་པ་དང་མི་ལྡན་པའི་མཆན་ཉིད་  
བཞིའོ། །ཞེས་གསུངས། དོན་ནི། སྒྲོང་བའི་ལམ་ལ་ཆོས་བཅོད་བར་ཆད་  
མེད་ལམ་གྱིས་བསྐྱས་པའི་ཡེ་ཤེས། བདེན་བཞི་ལ་དམིགས་ནས་བདག་  
མེད་དུ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སྒྲོ་ནས་བཞི་ཡོད་ཅེས་པའི་དོན་ནོ།

### སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལམ།

༥ དུག་པ་སངས་རྒྱས་སུ་བྱེད་པའི་ལམ་ནི། སངས་རྒྱས་ཉིད་ཀྱི་ལམ་  
ལ་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས། ཞེས་པ་ནས། བཙུ་སྟེ། ཞེས་པའི་བར་གསུང་། དོན་ནི།  
བྱང་སེམས་ཀྱི་སངས་རྒྱས་སུ་བྱེད་པའི་ལམ་ལ་སྦྱིན་སོགས་པར་ཕྱིན་བཙུ་  
ཡོད་ཅེས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་གི་མཐའ་དཔྱེད་ནི་གཞུང་གི་ཁོངས་ནས་ཤེས་  
པར་བྱའོ། །མདོར་ན། བྱང་སེམས་དང་ཐུན་མོང་བའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ་  
སོ་བཞི་ཡོད་དེ། དེར་གྱུར་པའི་གཉིན་པོའི་ལམ་རྣམ་ཐར་སྒྲོ་གསུམ། སྒྲུལ་  
པའི་ལམ་གཟུགས་ཅན་གྱི་རྣམ་ཐར་སྒྲོ་གསུམ། མཐོང་ཆོས་བདེར་གནས་  
ཀྱི་ལམ་གཟུགས་མེད་ཀྱི་རྣམ་ཐར་བཞི་དང་། འགོག་པའི་རྣམ་ཐར་གཅིག་།

འདས་ལམ་བསམ་གཏན་བཞི། གཟུགས་མེད་བཞི། འགོག་པའི་སྟོམས་  
འཇུག་གཅིག། སྦྲོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་མིང་ཅན་བཞི། སངས་རྒྱས་  
ཉིད་ཀྱི་ལམ་སྤྱིན་སོགས་བཅུ་སྟེ་སོ་བཞི་ཡོད་པའི་བྱིར།

བྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ།

༥ གསུམ་པ་སངས་རྒྱས་ཁོ་ནའི་ལམ་ནི། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་  
པ་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཡིན་ཏུ་སྤྱལ་དུ་བུང་བའི་བྱིར། བྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལམ་  
གཅིག་ཕུ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། ཞེས་པ་ནས། རྣམ་པ་ནི་སུམ་ཅུ་ཅད་གྲུའོ། ཞེས་  
པའི་བར་གསུང་། འདི་ལ་གཉིས། རྣམ་པ་བྱན་མོང་དུ་བཤད་པ་དང་། དུས་  
གསུམ་གྱི་བྲག་ཏུ་བཤད་པའོ།

།དང་པོ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་སངས་རྒྱས་འཕགས་  
པའི་སྟོབས་ཡིན་ན། སྟོབས་བཅུ་པོ་གང་རུང་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། སངས་  
རྒྱས་འཕགས་པའི་སྤྱི་སྟོབས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། འདོད་མི་  
རུས་སོ། །གཞན་ཡང་། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱད་ཀྱི་དད་སོགས་  
སྟོབས་ལྷ་པོ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། འདོད་ན། བྱན་མོང་མ་ཡིན་  
པའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་  
ཏེ། བྱན་མོང་བའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་རང་གི་ངོས་  
སྤྱལ་གྱི་མི་མ་བྱན་སྟོགས་འཛོམས་པར་བྱེད་པ་ལ་སྤྱི་དབང་པོའི་རྩི་རྩི་རྩི་



པོ་ཆེ་དང་ཆོས་མཚུངས་པའི་རྣམ་མཁུན་གྱི་རྣམ་པ། འདིར་བསྟན་སྟོབས་ཀྱི་  
 མཚན་ཉིད་ཟེར་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྟོབས་བཙུ་པོ་ཆོས་  
 ཅན། མཚན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། རང་གི་ངོས་སྐལ་  
 གྱི་མི་མཐུན་སྟོགས་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན།  
 ཁྱོད་ཀྱི་ངོས་སྐལ་གྱི་མི་མཐུན་སྟོགས་མེད་པར་ཐལ། ཁྱོད་མི་མཐུན་སྟོགས་  
 མཐའ་དག་སྤངས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སངས་རྒྱས་འཕགས་  
 པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྟོབས་བཙུ་པོ་འགལ་ལོ་ཟེར་ན། དེ་མི་འགལ་བར་ཐལ། དེ་  
 ཐམས་ཅད་ཡིན་ཁྱབ་མཉམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་འཁོར་གྱི་དབུས་སུ་དམ་  
 བཅས་པའི་མི་འཇིགས་པའི་རྣམ་མཁུན་གྱི་རྣམ་པ་ཡིན་ན། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་  
 པའི་མི་འཇིགས་པའི་རྣམ་མཁུན་གྱི་རྣམ་པ་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། སངས་  
 རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་བྱ་བ་ཉེར་གཞག་བཞི་པོ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ།  
 དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་མཁུན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཐུན་མོང་  
 བའི་རྣམ་མཁུན་གྱི་རྣམ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སྤངས་ཏོགས་ཕུན་སུམ་  
 ཆོགས་པ་དམ་བཅས་པའི་མི་འཇིགས་པའི་རྣམ་མཁུན་གྱི་རྣམ་པ་ཡིན་ན།  
 ང་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མཛོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་  
 རྒྱས་སོ་ཞེས་དམ་བཅས་པའི་རྣམ་མཁུན་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། སངས་  
 རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་མི་འཇིགས་པ་བཞི་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་

སྤྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་ཡིན་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་  
པས་ཆོས་ཐམས་ཅད་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མངོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་  
རྒྱས་སོ་ཞེས་དམ་བཅས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། ཆོས་ཐམས་  
ཅད་སངས་རྒྱས་པར་ཐལ་ལོ། །ཁ་ཅིག འཕགས་པ་འོག་མ་པ་དང་ཡེ་ཤེས་  
མ་འདྲེས་པའི་རྣམ་མཁྱེན་ཡིན་ན། འདིར་བསྟན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་མ་  
འདྲེས་པ་ཡིན་པས་སྤྱབ་ཟེར་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་གང་ཟག་  
གི་བདག་མེད་རྫོགས་པའི་རྣམ་མཁྱེན་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་སྤྱིར། དེར་  
ཐལ། སློབ་པ་དང་ཡེ་ཤེས་མ་འདྲེས་པའི་རྣམ་མཁྱེན་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་  
ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་ཡིན་པའི་སྤྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཐེག་དམན་གྱི་རྫོགས་  
རིགས་སུ་གནས་པའི་སྤྱིར། ཁ་ཅིག རྫོག་པ་དང་མ་འདྲེས་པའི་ཡེ་ཤེས་  
མཐར་ཐུག་ཡིན་ན། འདིར་བསྟན་རྫོག་པ་མ་འདྲེས་པ་ཡིན་པས་སྤྱབ་ཟེར་ན།  
དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་ཡིན་ན། རྫོག་པ་དང་མ་འདྲེས་པ་ཡིན་  
དགོས་པའི་སྤྱིར། ཁ་ཅིག ཡེ་ཤེས་མ་འདྲེས་པ་རྒྱག་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན། ཡེ་  
ཤེས་དང་མ་འདྲེས་པ་ཡིན་པས་སྤྱབ་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་རྒྱག་  
པོ་གང་རུང་ཡིན་ན། ཡེ་ཤེས་ཡིན་དགོས་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན་  
རྣམ་མཁྱེན་ཡིན་དགོས་པའི་སྤྱིར། ཁ་ཅིག སོ་སོ་ཡང་དག་པའི་རིག་པ་བཞི་  
པོ་དེ་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། བྱང་ཆུབ་

སེམས་དཔའི་རྒྱད་ལ་སོ་སོ་ཡང་དག་རིག་པ་བཞི་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 བྱང་སེམས་ས་དགྲ་པ་བའི་རྒྱད་ལ་དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མདོ་སྡེ་  
 རྒྱན་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡང་དག་རིག་། བཞི་པོ་མཚུངས་པ་མེད་  
 པ་ཡིན། །ཞེས་དང་། སོ་སོ་ཡང་དག་རིག་སྒོ་བཟང་། །ས་དེ་ལེགས་པའི་སྒོ་  
 གྲོས་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། །ཁ་ཅིག་ འཆད་བྱ་འཆད་བྱེད་ཀྱི་དོན་  
 ལ་ཐོགས་པ་མེད་པར་མཐུན་པའི་ཡེ་ཤེས་མཐར་ཐུག་ཡིན་ན། འདིར་བསྟན་  
 སོ་སོ་ཡང་དག་པའི་རིག་པ་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་  
 པའི་རྒྱད་ཀྱི་བྱང་སྟོགས་སོ་བདུན་པོ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་  
 ཐལ། རྣམ་མཐུན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྣམས་ཏེ། ཐུན་མོང་བའི་རྣམ་  
 མཐུན་གྱི་རྣམ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །ཁ་ཅིག་ དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་སྦྲར་མི་ལྡང་བའི་  
 ཚུལ་གྱིས་མཉམ་པར་བཞག་པའི་ཡེ་ཤེས་མཐར་ཐུག་ཡིན་ན། འདིར་བསྟན་  
 དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་མཐུན་གྱི་རྣམ་པ་ཡིན་པས་བྱུང་། ཆོས་འཁོར་རྫོགས་  
 པར་སྒྲོར་བའི་བདག་རྒྱུན་བྱེད་པའི་ཡེ་ཤེས་མཐར་ཐུག་ཡིན་ན། རང་བྱུང་  
 གི་རྣམ་མཐུན་གྱི་རྣམ་པ་ཡིན་པས་བྱུང་། རི་སྟེང་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
 ཆགས་ཐོགས་མེད་པར་མདོན་སུམ་དུ་རྫོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་མཐར་ཐུག་ཡིན་  
 ན། སངས་རྒྱས་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་མཐུན་གྱི་རྣམ་པ་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན། སངས་  
 རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱད་ཀྱི་རྣམ་ཐར་སྒྲོགས་སུམ་པོ་ཆོས་ཅན། འདིར་བསྟན་དེ་

བཞིན་ཉིད་གྱི་རྣམ་མཁྲིན་གྱི་རྣམ་པ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་སྦྲར་མི་  
ལྡང་བའི་ཚུལ་གྱིས་མཉམ་པར་བཞག་པའི་ཡེ་ཤེས་མཐར་ཐུག་ཡིན་པའི་  
བྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་མཁྲིན་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། བྱང་སེམས་  
དང་ཐུན་མོང་བའི་རྣམ་མཁྲིན་གྱི་རྣམ་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། བྱི་མ་གཉིས་ལ་  
ཡང་དེ་བཞིན་དུ་འཕེན།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། གདུལ་བྱའི་མི་མཐུན་སྤྱོད་གས་འཛོམས་  
པ་ལ་ལྟའི་དབང་པོའི་རྩི་རིན་པོ་ཆེ་དང་ཆོས་མཚུངས་པའི་ཐུན་མོང་མ་  
ཡིན་པའི་རྣམ་མཁྲིན་གྱི་རྣམ་པ། འདིར་བསྟན་སྟོབས་གྱི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་  
བརྩམས་ཡོད་དེ། གནས་དང་གནས་མ་ཡིན་པ་མཁྲིན་པའི་སྟོབས་དང་། དེ་  
བཞིན་དུ། ལས་གྱི་རྣམ་སྤྲིན་དང་། མོས་པ་སྣ་ཆོག་གས་དང་། ཁམས་སྣ་ཆོག་གས་  
དང་། དབང་པོའི་རིམ་པ་དང་། ཐམས་ཅད་དུ་འགྲོ་བའི་ལམ་དང་། ཀྱན་ནས་  
ཉོན་མོངས་དང་རྣམ་པར་བྱང་བ་དང་། སྤྲོན་གྱི་གནས་དང་། འཆི་འཕོ་སྦྱེ་བ་  
དང་། ཟག་པ་ཟད་པ་མཁྲིན་པའི་སྟོབས་གྱི་བར་བརྩམས་པའི་བྱིར། དེ་ལྟར་  
ཡང་། འགྲེལ་པ་ལས། དེ་ལ་ནི་གནས་དང་གནས་མ་ཡིན་པ་དང་། ཞེས་པ་  
དང་། ཟག་པ་ཟད་པ་མཁྲིན་པའི་སྟོབས་གྱི་བར་བརྩམས་པའི་  
བྱིར།

༦ སྤངས་རྟོགས་ཐུན་སྤྲུལ་ཆོག་གས་པ་ལ་དམ་བཅས་པར་ཆོས་མཐུན་

གྱི་ཚློ་ལ་བ་མེད་པའི་སྟོན་ས་མི་འཇིགས་པའི་བྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྣམ་  
མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ། འདིར་བསྟན་མི་འཇིགས་པའི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་བཞི་ཡོད་  
དེ། འཁོར་གྱི་དབྱས་སྐྱ་ད་ནི་སངས་རྒྱས་སོ་ཞེས་རང་དོན་རྟོགས་པ་སྟན་  
སྟུང་ཆོགས་མངའ་བར་དམ་བཅས་པ་དང་། སྤང་བྱ་མཐའ་དག་སྤངས་སོ་  
ཞེས་རང་དོན་སྤངས་པ་སྟན་ཆོགས་མངའ་བར་དམ་བཅས་པའི་རྣམ་མཁྱེན་  
གྱི་རྣམ་པ་གཉིས་དང་། འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པས་ཐར་པ་ལ་བར་ཆད་  
བྱེད་དོ། །ཞེས་པ་དང་། དེ་དག་གི་གཉིན་པོ་བསྐྱོམས་པས་ངེས་པར་འབྱུང་  
ངོ་ཞེས་ངེས་པ་བཞིན་དུ་གཞན་དོན་དུ་བར་ཆད་གྱི་ཆོས་དང་ངེས་འབྱུང་གི་  
ཆོས་དམ་བཅས་པ་ལ་མི་འཇིགས་པའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ་གཉིས་ཡོད་  
པའི་བྱེད། དེ་ལྟར་ཡང་། འགྲེལ་པར། ང་ནི་སངས་རྒྱས་སོ་ཞེས་བདག་ཉིད་  
ཞལ་གྱི་སོའི་ཆེས་པ་དང་། ཞེས་པ་ནས། ཚློ་ལ་བ་པོ་མེད་པས་མི་འཇིགས་  
པའི་རྣམ་པ་བཞི་དང་། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱེད།

༥ འཆད་བྱ་འཆད་བྱེད་གྱི་དོན་ལ་མཁྱེན་པ་ཆགས་ཐོགས་མི་མངའ་  
བར་འབྱུག་པའི་བྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ། འདིར་བསྟན་  
སོ་སོ་ཡང་དག་རིག་པའི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་དེར་གྱུར་པའི་བཞི་ཡོད་དེ།  
ཆོས་ཐམས་ཅད་གྱི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་མཁྱེན་པའི་ཆོས་སོ་སོ་ཡང་དག་  
རིག་པ་དང་། ཆོས་ཐམས་ཅད་གྱི་རང་སྤྱིའི་མཆོན་ཉིད་མཁྱེན་པའི་དོན་སོ་



སོ་ཡང་དག་རིག་པ་དང་། སྐད་རིགས་མཐའ་དག་མཁྱེན་པའི་ངེས་ཆིག་སོ་  
སོ་ཡང་དག་རིག་པ་དང་། ཆོས་རྣམས་ཀྱི་དབྱེ་བ་མ་ལུས་པ་ཐུགས་སུ་ཆུད་  
པའི་སྤོབས་པ་སོ་སོ་ཡང་དག་རིག་པ་དང་བཞི་ཡོད་པའི་བྱིར། དེ་ལྟར་ཡང་།  
འགྲེས་པ་ལས། རྣམ་གངས་དང་། ཆོས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་དང་། དུལ་གྱི་སྐད་  
དང་། ཆོས་རབ་ཏུ་དབྱེ་བའི་དུལ་ལ། ཞེས་པ་ནས། སོ་སོ་ཡང་དག་པར་  
རིག་པའི་རྣམ་པ་བཞི་དང་། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར།

༥ འཕགས་པ་འོག་མ་པ་དང་རྟོགས་རིགས་མ་འདྲེས་པའི་ཐུན་མོང་མ་  
ཡིན་པའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ། འདིར་བསྟན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་མ་འདྲེས་  
པའི་མཆན་ཉིད། དེ་ལ་བཙུག་བརྒྱད་ཡོད་དེ། སྦྱོད་པ་མ་འདྲེས་པ་དུག །རྟོགས་  
པ་མ་འདྲེས་པ་དུག །འཕྱིན་ལས་མ་འདྲེས་པ་གསུམ། ཡེ་ཤེས་མ་འདྲེས་པ་  
གསུམ་ཡོད་པའི་བྱིར། དང་པོ་ཡོད་དེ། འབྲུལ་བ་མི་མངའ་བའི་ཡེ་ཤེས་དང་།  
དེ་བཞིན་དུ། ཅ་ཙ་མི་མངའ་བ་དང་། དུན་པ་ཉམས་པ་མི་མངའ་བ་དང་།  
ཐུགས་མཉམ་པར་མ་བཞག་པ་མི་མངའ་བ་དང་། འཁོར་འདས་རང་བཞིན་  
གྱིས་གྲུབ་པར་ཐ་དད་པའི་འདུ་ཤེས་མི་མངའ་བ་དང་། དུས་ལ་བབ་མ་བབ་  
མ་བརྟགས་པའི་བཏང་སྟོམས་མི་མངའ་བའི་ཡེ་ཤེས་མཐར་ཐུག་དང་དུག་  
ཡོད་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་རྟོགས་པ་མ་འདྲེས་པ་དུག་ཡོད་དེ། སེམས་ཅན་གྱི་  
དོན་བྱའོ་སྟུང་པའི་འདུན་པ་དང་། དེ་འདུལ་བའི་བཙུན་འགྲུས་དང་། དེ་འདུལ་

བའི་ཐབས་མི་བརྗེད་པའི་བྲན་པ་དང་། དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་མཉམ་པར་འཛོག་  
 པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་དང་། ཚོས་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཤེས་རབ་  
 དང་། སྒྲིབ་པ་སྤངས་པའི་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ལས་ཉམས་པ་མི་མངའ་བའི་ཡེ་  
 ཤེས་མཐར་ཐུག་དང་བྱུག་ཡོད་པའི་བྱིར། གསུམ་པ་འཕྲིན་ལས་མ་འདྲེས་པ་  
 གསུམ་ཡོད་དེ། ཉན་རང་ལས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པའི་སྒྲིབ་པ་འཕྲིན་ལས་  
 དང་གསུང་གི་འཕྲིན་ལས་དང་། ཐུགས་ཀྱི་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་གསུམ་སྟེ་དེ་ཡང་  
 ཡེ་ཤེས་སྟོན་དུ་འགྲོ་ཞིང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་བའི་བྱིར། བཞི་བ་ཡེ་  
 ཤེས་མ་འདྲེས་པ་གསུམ་ཡོད་དེ། ཉན་རང་དང་ཡེ་ཤེས་མ་འདྲེས་པའི་འདས་  
 མ་འོངས་ད་ལྟའི་དུས་གསུམ་ཆགས་ཐོགས་མེད་པར་མཐུན་པའི་ཡེ་ཤེས་  
 མཐར་ཐུག་གསུམ་ཡོད་པའི་བྱིར། དེ་དག་རིམ་བཞིན་དུ་འཆད་པ་ལ།  
 འབྲེལ་བ་ལས། འབྲེལ་བ་དང་། ཅ་ཅོ་དང་། ཞེས་པ་ནས། རྣམ་པ་བྱུག་དང་།  
 ཞེས་པའི་པར་དང་། འདུན་པ་དང་། བཙུན་འབྲུས་དང་། ཞེས་པ་ནས། རྣམ་པ་  
 བྱུག་དང་། ཞེས་པའི་པར་དང་། སྒྲིབ་དང་གསུམ་དང་ཐུགས་ཀྱི། ཞེས་པ་ནས།  
 རྣམ་པ་གསུམ་དང་། ཞེས་པའི་པར་དང་། འདས་པ་དང་། མ་འོངས་པ་དང་།  
 ཞེས་པ་ནས། རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ། ཞེས་པའི་བར་གསུངས།

༥ དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་མཐུན་ཀྱི་རྣམ་པ་སོགས་གསུམ་ཀྱི་བྱུང་པར་  
 ཡོད་དེ། དེ་བཞིན་ཉིད་ལས་སྤྲོད་མི་ལྡང་བའི་ཚུལ་གྱིས་མཉམ་པར་བཞག་

པའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ་དེ་དང་སོ་དང་། གདུལ་བྱ་  
རིགས་ཅན་གསུམ་ལ་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བའི་བདག་རྒྱུན་བྱེད་པའི་ཐུན་  
མོང་མ་ཡིན་པའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ་དེ་གཉིས་པ་དང་། ཞེས་བྱ་ངེ་སྟེད་པ་  
ཐམས་ཅད་ཆགས་ཐོགས་མེད་པར་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐུན་མོང་མིན་  
པའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ་དེ་གསུམ་པའི་མཆན་གཞི་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེ་  
ལྟར་ཡང་འབྲེལ་བར། སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བཤད་པའི་དེ་བཞིན་  
ཉིད་དང་། ཞེས་པ་ནས། རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ། ཞེས་པའི་བར་གསུངས། མདོར་  
ན། ཞེས་བྱ་ཆོས་ཅན། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ་སོ་དགུ་  
ཡོད་དེ། དེར་གྱུར་བའི་སྟོབས་བརྟ། མི་འཇིགས་པ་བཞི། སོ་སོ་ཡང་དག་  
རིགས་པ་བཞི། མ་འདྲེས་པ་བཅོ་བརྒྱད། དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་  
རྣམ་པ་སོགས་གསུམ་དང་བཅས་པ་ཡོད་པའི་སྤྱིར།

༥ གསུམ་པ་ཅོད་པ་སྟོང་བ་ལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་  
རྟོགས་པ་མ་འདྲེས་པ་དུག་སོགས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་  
པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འཁོར་འདས་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ཐ་དད་དུ་མི་  
འཇིན་པའི་སེམས་ཅན་ཡང་ཡོད། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པའི་འདུན་པ་  
དང་། བཙོན་འགྲུས་སོགས་རྒྱུད་ལྡན་གྱི་སེམས་ཅན་ཀྱང་ཡོད་པའི་སྤྱིར་ན་  
མ་ཁྲབ་སྟེ། འདིར་སྟོབ་པ་སྤངས་པས་བྱེད་པར་དུ་བྱས་པའི་དབང་དུ་མཛད་

བ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་སྟོབས་བཙུ་པོ་དེས་  
གདུལ་བྱའི་མི་མ་ཐུན་སྟོགས་འཛོམས་པར་བྱེད་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་  
པའི་བྱིར། འདོད་ན། འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་འབད་མེད་དུ་གྲོལ་བར་འགྱུར་བར་  
ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར་ན། མ་ཁྲབ། ཁ་ཅིག སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ལ་ཁྲོལ་  
བ་མེད་པར་ཐལ། དེ་ལ་ཆོས་མ་ཐུན་གྱི་ཁྲོལ་བ་མེད་པའི་བྱིར་ན། མ་  
ཁྲབ། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེ་ལ་ཁྲོལ་བ་ལྟར་སྤང་ཡོད་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག དེས་  
གདུལ་བྱའི་རྒྱུད་ཀྱི་མི་མ་ཐུན་སྟོགས་འཛོམས་པར་མི་བྱེད་པར་ཐལ།  
གདུལ་བྱའི་རྒྱུད་ཀྱི་མི་མ་ཐུན་སྟོགས་འཛོམས་པར་བྱེད་པའི་སངས་རྒྱས་  
འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྟོབས་མེད་པའི་བྱིར་ན་ཡང་མ་ཁྲབ། ཉགས་དེར་ཐལ།  
གདུལ་བྱའི་རྒྱུད་ཀྱི་མི་མ་ཐུན་སྟོགས་སྤང་བའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཁྲེན་པ་  
མེད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་དེ་སྤངས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཁྲེན་  
པ་མེད་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་མཁྲེན་གྱི་རྣམ་པ་དེ། དེ་  
བཞིན་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ཇི་ལྟ་བ་མཁྲེན་པའི་རྣམ་མཁྲེན་དེ། དེ་  
བཞིན་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་བཤད་ལས། སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་ཇི་ལྟ་བ་མཁྲེན་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཡིན་  
ཏེ། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། ཟེར་ན། སྒྱུན་མེད་དེ། དེ་ནི་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་  
རྣམ་མཁྲེན་གྱི་རྣམ་པ་ལ། དེ་བཞིན་ཉིད་ལས་སྤྲུང་མི་སྤང་བའི་ཚུལ་གྱིས་

མཉམ་པར་བཞག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཞིག་དགོས་པའི་དོན་ཡིན་པའི་བྱིར།

## དུས་གསུམ།

༥ གཉིས་པ་འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་དང་ད་ལྟར་བྱུང་བ། ཞེས་པའི་  
སྐབས་སུ་དུས་གསུམ་གྱི་བྲག་རྩ་བ་འད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་  
ཅིག་སྐབས་འདིར་འདས་མ་འོངས་མེད་ཟེར་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། ཟུ་གུའི་  
འདས་མ་འོངས་ཡོད་པའི་བྱིར། བྲབ་སྟེ། དེ་ཡོད་པས་འདས་མ་འོངས་ཡོད་  
པའི་གོ་ཚད་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་དངོས་པོ་ཡིན་ན། རང་གྲུབ་དུས་ཀྱི་སྐད་ཅིག་  
གཉིས་པའི་དུས་སུ་འཛིག་པས་བྲབ་ཟེར་ན། ཟུ་གུ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ།  
དེའི་བྱིར། འདོད་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། རང་གི་སྐད་ཅིག་གཉིས་པའི་དུས་  
སུ་ཞིག་ཟིན་པའི་བྱིར། ཡང་ན། ཟུ་གུ་དེ་རང་གི་སྐད་ཅིག་གཉིས་པའི་དུས་  
སུ་འཛིག་ཀྱང་འཛིག་པ་མ་ཡིན་ཞེས་བྱའོ། །ཁ་ཅིག་ཟུ་གུ་དེ་ཟུ་གུའི་སྐད་  
ཅིག་གཉིས་པའི་དུས་སུ་མེད། ཟེར་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་རྣམ་  
མཁྱེན་སྐད་ཅིག་གཉིས་པའི་དུས་སུ་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་  
སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་གྱེ་བྲག་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ཟུ་གུའི་  
སྐྱེ་གནས་འཛིག་གསུམ་དུས་མཉམ་གསུང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་དེ་མི་མཉམ་པར་  
ཐལ། ཟུ་གུ་སྐྱེ་བའི་དུས་ཡིན་ན། དེ་གནས་པའི་དུས་ཡིན་པས་མ་བྲབ་པའི་  
བྱིར། ཟེར་ན། རང་རེས་མ་བྲབ། མ་གྲུབ་ན་དེར་ཐལ། ཟུ་གུའི་རྒྱུའི་དུས་སུ་



སྒྱ་གུ་སྒྱེ་ཡང་སྒྱ་གུ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། སྒྱ་གུ་སྒྱེ་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 སྒྱ་གུ་འི་སྒྱེ་གནས་འཇིག་གསུམ་དུས་མི་མཉམ་པའི་རྒྱ་མཆན་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར། འདོད་ན། དངོས་པོ་ཡིན་ན། རང་གི་རྒྱ་ལས་སྒྱེ་བས་མ་ཐུབ་པར་ཐལ་  
 ལོ། །གཞན་ཡང་། སྒྱེ་བ་དེ་སྒྱེ་བ་ཡིན་ནམ། མ་ཡིན། དང་པོ་ལྟར་ན། སྒྱེ་བ་  
 རང་དུས་སྒྱེ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། སྒྱེ་བ་སྒྱེ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་  
 མི་འཐད་པར་ཐལ། རང་དུས་སྒྱེ་ས་ཟེན་པའི་ཕྱིར། མ་ཐུབ་ན། འོ་ན། སྒྱ་གུ་  
 ཡང་རང་དུས་སྒྱེ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། རང་དུས་སྒྱེ་བ་དང་སྒྱེ་ས་ཟེན་མི་  
 འགལ་བའི་ཕྱིར། ཉགས་ཁས། འདོད་ན། སྒྱ་གུ་འི་སྒྱེ་གནས་འཇིག་གསུམ་  
 དུས་མཉམ་ཞེས་ཁས་སྒྲངས་པ་ལ་འགལ་བ་མེད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར།  
 འདོད་ན་འགལ། སྒྱེ་མ་ལྟར་ན། འཇིག་པ་འཇིག་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྒྱེ་བ་  
 སྒྱེ་བ་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། འདུས་བྲས་ཀྱི་མཆན་  
 ཉིད་མེད་པར་ཐལ་ལོ། །རྣམ་པ་གཅིག་ཏུ་ན། སྒྱ་གུ་འི་སྒྱེ་གནས་འཇིག་གསུམ་  
 དུས་མཉམ་པར་ཁས་སྒྲངས་པ་ལ། དེ་རང་དུས་སྒྱེ་བར་ཐལ། དམ་བཅའ་  
 འཐད་པའི་ཕྱིར་ན། མ་ཐུབ་པོ། །ཁ་ཅིག་སྒྱེ་ཚོང་ཞིག་ལ། འདས་པའི་མཆན་  
 ཉིད། མ་སྒྱེས་པ། མ་འོངས་པའི་མཆན་ཉིད། སྒྱེས་ལ་མ་འགགས་པ། ད་ལྟ་  
 བའི་མཆན་ཉིད། ཟེར་ན། དང་པོ་ལ། བྲམ་པའི་འདས་པ་ཆོས་ཅན། མཆན་  
 ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། མ་བྱུང་ན་དེར་ཐལ། བྲམ་པའི་འདས་པ་

ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཞིག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་  
 ཉུས་ཏེ། འདུས་བྱས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རེ་ཞིག་བརྟག་གོ་། གཉིས་པ་ལ། རི་བོང་  
 རྩ་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ། མཆོན་ཉིད་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མ་བྱས་  
 པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཡོད་པར་ཐལ་ལོ། ། ཁ་ཅིག་བསྐྱལ་བ་དང་པོའི་  
 མི་རྣམས་འདས་པ་དང་། བྱམས་མགོན་གྱིས་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བའི་མ་  
 འོངས་པའི་དུས་ཀྱི་མི་རྣམས། མ་འོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། དང་པོ་  
 ལ། བསྐྱལ་བ་དང་པོའི་མི་རྣམས་ཆོས་ཅན། འདས་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ད་  
 ལྟ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རང་དུས་སུ་ད་ལྟ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་  
 མ་བྱས་ཟེར། ཕྱི་མ་དེ་ཡང་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་རྣམས་ད་ལྟ་བ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། རང་གི་འདས་མ་འོངས་ལ་ལྟོས་ཏེ་ད་ལྟ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། དུས་དེར་ཞིག་ཟེན་པ། དུས་དེར་འདས་  
 པའི་མཆོན་ཉིད། དུས་དེར་སྐྱེས་པ་ཡང་ཡིན། དུས་དེར་མ་འགགས་པ་ཡང་  
 ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ། དུས་དེར་ད་ལྟ་བའི་མཆོན་ཉིད། དུས་དེར་སྐྱེ་  
 དགོས་སུ་དམིགས་པ། དུས་དེར་མ་འོངས་པའི་མཆོན་ཉིད། ཡང་ན། དངོས་  
 པོ་དེའི་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ཡོད་ཅིང་། རེ་ཞིག་རྒྱུན་མ་ཆང་བའི་དབང་གིས་དེར་མ་  
 སྐྱེས་པའི་ཆ། དངོས་པོ་དེའི་མ་འོངས་པའི་མཆོན་ཉིད། མཆོན་གཞི་ནི། ལྷ་  
 གུ་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ཡོད་ཀྱང་། རེ་ཞིག་རྒྱུན་མ་ཆང་བའི་དབང་གིས་དེར་མ་སྐྱེས་

པའི་ཆ་ལྟ་བུ། འདི་ནི་སྤྱ་གྲུའི་ས་བོན་མ་འགྱུར་བའི་གནས་སྐབས་ལ་འཛོག་  
གོ། །དངོས་པོ་དེའི་སྐྱེས་ཟིན་ཞིག་པའི་ཆ། དངོས་པོ་དེའི་འདས་པའི་མཆན་  
ཉིད། མཆན་གཞི་ནི། སྤྱ་གྲུ་རང་དུས་སྤྱ་མ་ཞིག་གྱང་རང་གྲུབ་དུས་ཀྱི་སྐད་  
ཅིག་གཉིས་པའི་དུས་སྤྱ་ཞིག་པའི་ཆ་ལྟ་བུ། འདི་ནི་སྤྱ་གྲུའི་འབྲས་བུའི་  
གནས་སྐབས་ཞིག་ལ་འཛོག་། དེའི་སྐྱེས་ལ་མ་འགགས་པའི་ཆོས། དེའི་ད་ལྟ་  
བའི་མཆན་ཉིད། མཆན་གཞི་ནི། སྤྱ་གྲུའི་མི་ཉག་པ་ལྟ་བུ་འཇམ། སྤྱ་གྲུ་ལྟ་  
བུའོ། །འདི་དག་ནི་འཛོག་ཚུལ་སྤྱ་མ་དང་མི་འབྲསྟེ། སྤྱ་མ་ལྟར་ན། སྤྱ་གྲུའི་  
རྒྱ་དེ་སྤྱ་གྲུའི་དུས་སྤྱ་འདས་པ་ཡིན་པའི་དོན་དུ་སོང་ལ། ཕྱི་མ་ལྟར་ན། སྤྱ་  
གྲུའི་འབྲས་བུ་དེ་སྤྱ་གྲུའི་འདས་པ་ཡིན་པའི་དོན་དུ་འགྱུརོ།

༥ གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྒྲོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་འདས་པ་དངོས་པོ་ཡིན་པར་  
ཐལ། འདས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སྤྱ་གྲུའི་འདས་པ་དངོས་པོ་ཡིན་  
པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སྤྱ་གྲུའི་ཞིག་པ་དངོས་པོ་ཡིན་པར་  
ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར་ན། མ་ཁྲབ། འདོད་མི་རུས་ཏེ། སྐབས་འདིར་དེ་དངོས་  
པོར་ཁས་ལེན་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྐབས་འདིར་རང་བཞིན་  
གྱིས་གྲུབ་པ་ཞལ་གྱིས་བཞེས་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་སྟེ། གསེར་འབྲེང་ལས། རང་  
བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ཕྱོགས་ལ་ཞིག་པ་དངོས་པོར་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མི་  
རུང་ངོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་མ་འོངས་པ་དངོས་པོ་ཡིན་པར་

ཐལ། མ་འོངས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། མ་འོངས་པ་ཡིན་ན། དངོས་པོ་  
 ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། རི་བོང་གི་རྩ་ཆོས་ཅན།  
 དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མ་འོངས་པའི་ཕྱིར་ན། མ་ཁྱལ། འོན་ཀྱང་  
 སྐབས་འདིར་ཁ་ཅིག་འདས་མ་འོངས་གང་རུང་གི་ཡིན་པ་མེད་པར་བཞེད་  
 རོ། །གཞན་ཡང་། རུམ་པ་ཆོས་ཅན། རང་དུས་སུ་གནས་པ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 རང་དུས་སུ་ད་ལྟ་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། མི་འཐད་པར་ཐལ། རང་དུས་  
 སུ་འཇིག་ཟེན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རང་དུས་འཇིག་པའི་ཕྱིར་ན། མ་ཁྱལ།  
 ཉགས་དེར་ཐལ། རང་དུས་སུ་འཇིག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། འདིར་མ་  
 ཁྱལ། ཁ་ཅིག་ དངོས་པོའི་སྤྱི་གནས་འཇིག་གསུམ་དུས་མཉམ་པར་ཐལ།  
 དེའི་སྤྱི་གནས་འཇིག་གསུམ་དུས་མཉམ་པའི་ཕྱིར་ན། མ་ཁྱལ། ཁ་ཅིག་ །  
 དངོས་པོའི་རྒྱུའི་དུས་སུ་དངོས་པོ་ཡོད་པར་ཐལ། དངོས་པོའི་རྒྱུའི་དུས་སུ་  
 དངོས་པོ་སྤྱི་བའི་ཕྱིར། ཁྱབ་སྟེ། སྤྱི་ན་ཡོད་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་  
 ཁྱལ། ཁ་ཅིག་ སྤྱིས་ཟེན་སྦྲར་ཡང་སྤྱི་བ་ཡོད་པར་ཐལ། སྤྱིས་ཟེན་པ་ཡོད་པ་  
 གང་ཞིག་ སྤྱི་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ན། མ་ཁྱལ། འདོད་མི་བྱས་ཏེ། བདག་སྤྱི་མེད་  
 པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ དུས་གསུམ་མེད་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པས་  
 དུས་གསུམ་མ་ཉླགས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་དུས་གསུམ་ཅིག་ཅར་དུ་  
 ཡང་མ་ཉླགས། རིམ་ཅན་དུ་ཡང་མ་ཉླགས་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། དུས་

གསུམ་ཅིག་ཅར་དུ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཟུ་གུའི་དུས་གསུམ་ཅིག་  
 ཅར་དུ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་གསུམ་རིམ་ཅན་དུ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར།  
 ཕྱི་མ་མི་འཐད་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པས་དང་པོར་འདས་པ་  
 མཐུན་པ་སོགས་ཀྱི་གོ་རིམ་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། རོན་སོ་སོ་བ་དང་།  
 མཐུན་དུས་དང་གྲུབ་དུས་མི་གཅིག་པས་ཞིབ་ཆ་འབྱེད་པར་བྱའོ།

### སྦྱོར་བ་ཉི་ཤུ།

༥ ས་གཉིས་པ་བདེན་འཇིན་འཇོམས་བྱེད་ཀྱི་སྦྱོར་བ་བྱུང་པར་ཅན་  
 བཤད་པ་ལ་གཉིས། རྟེན་གྱི་གང་ཟག་དང་། སྦྱོར་བ་བཤད་པ་དངོས་སོ། །  
 དང་པོ་ནི། སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་ལྷག་པར་བྱས། །ཞེས་པ་ནས། སྟོད་དུ་དམ་  
 པ་རྣམས་བཞེད་དོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས་ཏེ། རོན་ནི། འབྲེལ་པ་ལས།  
 འདས་པ་དང་ད་ལྟར་བྱུང་བའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་སྦྱིར་དགོ་བའི་རྩ་བ་  
 བསྐྱུན་ཅིང་། ཞེས་པ་ནས། སྟོད་ཡིན་པར་སངས་རྒྱས་ལ་སོགས་པ་བཞེད་  
 དོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས། འཕྲོས་ནི། མདོ་ལས། ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་  
 ཕྱིན་པ་འདི་ནི་རིགས་ཀྱི་བྱ་ལམ་རིགས་ཀྱི་བྱ་མོ་གང་དག་གི་ན་ལམ་དུ་གྲག་  
 པར་གྱུར་པ་དེ་དག་ཀྱང་སྟོན་གྱི་རྒྱལ་བ་ལ་བྱ་བ་བྱས་པའོ། །ཞེས་པ་ནས།  
 དེ་དག་ནི་སངས་རྒྱས་མང་པོ་ཕ་བསྐྱེན་བཀྱར་བྱས་པའོ། །ཞེས་སོགས་  
 ལས་འཕྲོས་སོ། །འདིའི་སྐབས་སུ་གཉིས། རྩ་བའི་ཆོག་དོན་དང་། མཐའ་



དབྱུང་པའོ། །དང་པོ་ནི། བྱང་སེམས་ཚོགས་ལམ་པ་ཚོས་ཅན། གཞུང་ལམ་  
འབྲས་བུའི་ཤེར་ཕྱིན་འདི་ཉན་བའི་སྣོད་ཡིན་ཏེ། སྣོན་སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་  
བཀྱར་སྟེ་ལྷག་པར་བྱས་པ་དང་། སངས་རྒྱས་དེ་ལ་བསོད་སྟོམས་འབྲུལ་བ་  
སོགས་དག་བའི་རྩ་བ་བསྐྱུན་པ་དང་། ཐེག་ཆེན་གྱི་དག་བའི་བཤེས་གཉན་  
གྱི་མགོན་དང་བཅས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ཚོས་ཅན། དུམ་འདིའི་གཞུང་  
དོན་སྟོ་ལ་ལེན་པ་དང་འཇིན་པ་ལ་སོགས་པའི་སྣོད་དུ་དམ་པ་རྣམས་བཞེད་  
པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཆེད་དུ་སངས་རྒྱས་གྲངས་མེད་པ་བསྟེན་པ་དང་། དོན་ཀྱན་  
འདྲི་བ་དང་། བྱིས་པའི་དོན་སྤྱིན་པ་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་སོགས་ཚུལ་བཞེན་དུ་  
སྟོད་པ་ཉམས་སུ་ལེན་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱུང་པ་ལ་དགག་གཞག་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ་  
ཁ་ཅིག བྱང་སེམས་ཡིན་ན། སྐབས་འདིའི་དངོས་བསྟན་གྱི་སྦྱོར་བ་སྒྲིམ་  
པའི་གང་ཟག་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན། སེམས་ཅམ་པའི་བྱང་སེམས་ཚོགས་  
ལམ་པ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དངོས་པོ་བདེན་མེད་སྟོན་  
པའི་སྣོད་རུང་གི་གདུལ་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་  
ཏེ། སེམས་ཅམ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག སྦྱོར་བ་སྒྲིམ་པའི་ཉེན་གྱི་གང་  
ཟག་ཡིན་ན། འདིར་བསྟན་སྦྱོར་བ་སྒྲིམ་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན།  
ཉན་ཐོས་ཚོགས་ལམ་པ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཉན་ཐོས་

ཀྱི་སྒྲོར་བ་སྒྲོམ་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་  
 ཅན་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། །ཁ་ཅིག ཡུམ་འདི་ཉན་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། འདི་  
 ཉན་པའི་སྒྲོད་རུང་གི་གང་ཟག་ཡིན་པས་སྐབ་ཟེར་ན། ཡུམ་བར་མ་ཉན་གྱང་  
 སྒྲོད་དུ་མི་རུང་བའི་གང་ཟག་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ།  
 ཆོས་ཅན་དེའི་བྱིར། དེ་དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ།།

༥ གཉིས་པ་རང་གི་ལུགས་ལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོར་བ་སྒྲོམ་པའི་བྱི་ནང་  
 གི་རྒྱུ་སྐྱེད་པར་ཅན་གཉིས་དང་ལྡན་པའི་བྱང་སེམས་དེ། འདིར་བསྟན་  
 སྒྲོར་བ་སྒྲོམ་པའི་རྟོན་གྱི་གང་ཟག་ཡིན་ནོ།།

### སྒྲོར་བ་དངོས།

༥ གཉིས་པ་སྒྲོར་བ་དངོས་ནི། གཟུགས་ལ་སོགས་ལ་མི་གནས་  
 བྱིར། །ཞེས་པ་ནས། དེ་ནི་དག་པ་མཆམས་དང་བཅས། །ཞེས་པའི་བར་  
 གསུངས་ཏེ། དོན་ནི་འགྲེལ་པ་ལས། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་  
 པ་ཉིད་གྱིས་མི་གནས་པ་དང་། །ཞེས་པ་ནས། སྒྲོར་བ་ཉི་ཤུ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་  
 པའི་བར་གསུང་། འཕྲོས་ནི། བྱང་ཆེན་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱེན་པ་ལ་  
 སྒྲོར་བའི་ཆེ་གཟུགས་ལ་མི་གནས་པ་དེའི་ཆེ། གཟུགས་ལ་རྣལ་འབྱོར་དུ་  
 བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པ་ནས། རིགས་ཀྱི་བྱ་འཕེལ་རིགས་ཀྱི་བྱ་ལོ། འབྲན་  
 ཡང་སྐྱར་དུ་བྱི་བར་བྱའོ། །ཞེས་པའི་བར་གྱི་མདོ་ལས་འཕྲོས་སོ། །འདིའི་

སྐབས་སུ་གཉིས། ཚིག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་ནི། འདིར་  
བསྟན་ངོ་བོའི་སྒྲིབ་བ་དེ་ལ་ལྟ་ཡོད་དེ། དུལ་གཟུགས་སོགས་ལ་དོན་དམ་  
པ་མི་གནས་པའི་སྒྲིབ་བ་དང་། དུལ་ཅན་དེ་ལ་བདེན་ཞེན་གྱིས་སྒྲིབ་བ་  
བཀག་པའི་སྒྲིབ་བ་དང་། གཞི་དེ་ཡི་དེ་བཞིན་ཉིད་ཟབ་པར་རྟོགས་པའི་སྒྲིབ་  
བ་དང་། ལམ་དེ་རྣམས་ཀྱི་དེ་བཞིན་ཉིད་གཏིང་དཔག་དཀའ་བར་རྟོགས་པའི་  
སྒྲིབ་བ་དང་། རྣམ་པའི་ཚོས་དེ་དག་གི་ཚོས་ཉིད་ཚད་ནི་མེད་པར་རྟོགས་  
པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲིབ་བ་ལྟ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། རྒྱ་མཚན་འདི་སྤྲ་མ་ལ་ཡང་  
སྒྲིབ་ཞིང་འདི་སྤྲ་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲིབ་ལམ་ནས་བཞག་གོ། །རྟེན་གྱི་སྒྲིབ་སྤྲ་  
བརྒྱད་ཡོད་དེ། ཚོགས་ལམ་པའི་རྒྱད་ཀྱི་ཚོགས་ཆེན་ཡུན་རིང་རྟོགས་པའི་  
དེ། རྟོད་སོགས་བཞི་ལ་རིམ་བ་བཞིན་དུ། ལྷང་བསྟན་པའི་དེ། ཕྱིར་མི་ལྟོག་  
པ་ཉིད་ཀྱི་དེ་དང་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་དེ། བར་ཆད་མེད་བཅས་ཀྱི་དེ་དང་།  
མཐོང་ལམ་ལ་བྱང་ཆུབ་ལ་ཉི་བའི་དེ་དང་། ས་གཉིས་པ་ནས་བདུན་པའི་བར་  
ནི། ལྷུང་བར་འཆང་རྒྱ་བའི་དེ་དང་། ས་བརྒྱད་པའི་གཞན་དོན་གྱི་སྒྲིབ་བ་  
རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། ཐབས་ཀྱི་སྒྲིབ་སྤྲ་བཞི་ཡོད་དེ། ས་བརྒྱད་པའི་  
འཕེལ་མེད་འགྲིབ་མེད་ཀྱི་དེ་དང་། དོན་དམ་པར་ཚོས་དང་ཚོས་མིན་སོགས་  
མི་མཐོང་བའི་དེ་དང་། གཟུགས་སོགས་བསམ་མི་བྱུང་མི་མཐོང་བའི་དེ།  
གཟུགས་སོགས་དང་གཟུགས་རྒྱང་སོགས་དེ་ཡི་མཚན་མ་དང་དེ་ཡི་

མཆོན་བྱའི་ངོ་བོ་དོན་དམ་པར་རྣམ་པར་མི་རྟོག་ཡེ་ཤེས་རྣམས་སུ་ཡོད་  
 པའི་ཕྱིར། འབྲས་བུ་དང་དུས་ཀྱི་སྒྱུར་བ་ཡོད་དེ། ས་དགུ་པའི་ཡེ་ཤེས་  
 འབྲས་བུ་རིན་ཆེན་སྦྱིན་གྲེད་ཀྱི་དེ་དང་། ཉེས་པ་སེལ་བའི་སྒྱུར་བ་ས་བཙུ་  
 པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་ཡི་རྣམ་པར་དག་པ་དུས་ཀྱི་སྒྱུར་བ་དང་གཉིས་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར། ས་མཆོམས་ཀྱི་སྒྱུར་བ་གཅིག་ཡོད་དེ། དུམ་མུར་དུ་སྒྲོམ་པའི་སེམས་  
 དཔའི་རྣལ་འབྱོར་དེས་མཆོམས་དང་བཅས་པའི་སེམས་དཔའི་སྒྱུར་བ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། མདོར་ན། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། འདིར་བསྟན་སྒྱུར་བ་ཉི་ཤུ་ཡོད་དེ།  
 རང་བཞིན་ཀྱི་སྒྱུར་བ་ལྔ་དང་། གནས་སྐབས་ཀྱི་སྒྱུར་བ་བཙུ་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ་ཁ་ཅིག་ དུམ་  
 དཔའ་ཅན་བདེན་མེད་དུ་རྟོགས་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས། བདེན་འཛིན་  
 འཛོམས་གྲེད་ཀྱི་སེམས་དཔའི་སྒྱུར་བའི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། བྱང་སེམས་  
 ཆོགས་ལམ་པའི་རྒྱད་ཀྱི་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་  
 དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། འདོད་ན། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་  
 ཕྱིར། འདོད་མི་བྱས་ཏེ། སྒྲོབ་པའི་རྒྱད་ཀྱི་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཞི་ལྷག་བྱང་འབྲེལ་གྱིས་བེན་པའི་སེམས་

དཔའི་ཡེ་ཤེས། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་སེམས་དཔའི་སྒྲོར་བའི་  
 མཆན་ཉིད། ཟེར་ན། ཆོག་ས་ཆེན་པོའི་སྒྲོན་ས་སྟོང་ཉིད་རྟོག་ས་པའི་དམན་  
 ལམ་སྒྲོན་དུ་མ་སོང་བའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོག་ས་ལམ་ཆོས་ཅན། མཆན་ཉིད་  
 དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོག་ས་ཆེན་ཡུན་རིང་རྟོག་ས་པའི་  
 ཕྱིར། །ཞེས་པའི་དངོས་བསྟན་གྱི་སྒྲོར་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ།  
 སྟོང་ཉིད་རྟོག་ས་པའི་ལྷག་མཐོང་མ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་  
 ཕྱིར། ཁ་ཅིག་བདེན་འཛིན་དངོས་སུ་འཛོམས་བྱེད་གྱི་སེམས་དཔའི་སྒྲོར་བ་  
 ཡིན་ན། བདེན་འཛིན་གྱི་དངོས་གཉེན་ཡིན་པས་ཁྲབ་ཟེར་ན། ཐེག་ཆེན་  
 མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 བདེན་འཛིན་ལ་དངོས་སུ་གཞོད་བྱེད་གྱི་བྱང་འཕགས་གྱི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། མཐོང་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ལྷང་བསྟན་པའི་  
 སྒྲོར་བ་ཡིན་ན། དངོས་ལྷང་བསྟན་པའི་སྒྲོར་བ་ཡིན་པས་ཁྲབ་ཟེར་ན།  
 དམན་ལམ་སྒྲོན་དུ་མ་སོང་བའི་ཐེག་ཆེན་སྒྲོར་ལམ་རྟོད་ཆོས་ཅན། དེར་  
 ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོར་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་  
 རུས་ཏེ། སོ་སྒྲུའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སྤྱིར་མི་ལྷོག་པའི་སྒྲོར་བ་  
 ཡིན་ན། སྤྱིར་མི་ལྷོག་པའི་རྟོག་ས་ཐོབ་པས་ཁྲབ་ཟེར་ན། བྱང་སེམས་སྒྲོར་  
 ལམ་རྩེ་མོ་དབང་རྒྱལ་བའི་རྒྱུད་གྱི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར།



དེར་ཐལ། ཚས་ཅན་དེའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། ཡུལ་ཡུལ་ཅན་བདེན་མེད་དུ་རྟོགས་པའི་  
སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་སེམས་དཔའི་  
སྒྲོར་བའི་མཚན་ཉིད།

༥ གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྒྲོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་སེམས་དཔའི་སྒྲོར་བ་ཡིན་ན།  
བདེན་འཛིན་གྱི་དངོས་གཉིན་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། བདེན་  
འཛིན་དངོས་སུ་འཛོམས་བྱེད་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། སྐབས་  
འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་སེམས་དཔའི་སྒྲོར་བ་ཡིན་ན། བདེན་འཛིན་  
དངོས་སུ་འཛོམས་བྱེད་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། འདིའི་ཐད་ཀྱི་རྣམ་  
བཤད་ལས། བདེན་འཛིན་དངོས་སུ་འཛོམས་བྱེད་ཀྱི་སྒྲོར་བ་བྱུང་པར་ངོས་  
བཟུང་བ། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར་ན། སྤྲ་མ་ལ་རྣམ་པ་གཅིག་ཏུ་མ་བྱུང་།  
འདོད་མི་རུས་སོ། །བྱས་པ་ལ་ཁོ་ན་རེ། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་  
སྒྲོར་བ་ཡིན་ན། བདེན་འཛིན་དངོས་སུ་འཛོམས་བྱེད་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ།  
དེ་ཡིན་ན། བདེན་འཛིན་ལ་དངོས་སུ་གཞོད་བྱེད་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར། དེར་  
ཐལ། དེ་ཡིན་ན། སྒྲོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར་བེད།

སྒྲོར་བའི་ཡོན་ཏན།

གཉིས་པ་སྒྲོར་བའི་སྒྲོན་ཡོན་བཤད་པ་ལ་གཉིས། སྒྲོར་བའི་ཡོན་

ཏན་བཤད་པ་དང་། སྒྲོན་བཤད་པའོ། དང་པོ་ནི། བདུད་གྱི་མཐུ་བཅོམ་ལ་  
སོགས་པ། ཡོན་ཏན་རྣམ་པ་བཅུ་བཞིའོ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། དོན་ནི་འབྲེལ་  
པར། བདུད་གྱི་མཐུ་བཅོམ་ལ་སོགས་པ་དང་། སངས་རྒྱས་གྱིས་དགོངས་  
ཤིང་མཐུན་པ་ཉིད་དང་། ཞེས་པ་ནས། ཡོན་ཏན་བཅུ་བཞི་ཡོན་ནོ། །ཞེས་  
པའི་བར་གསུངས། འཕྲོས་ནི། །ལྷ་རིའི་བྱ་བློགས་བཅུའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་  
ཁམས་ཆད་མེད་གངས་མེད་པ་དག་ན། སངས་རྒྱས་ཆད་མེད་གངས་མེད་  
རི་སྙེད་ཅིག་བཞུགས་ཤིང་འཆོ་སྐྱོང་བའི་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་དེ་  
སྙེད་ཀྱང་། ཞེས་པ་ནས། །ལྷ་རིའི་བྱ་རིགས་གྱི་བྱ་འཕ་རིགས་གྱི་བྱ་མོ་དེ་  
དག་སྐྱེ་བ་བླན་ནས་ཀྱང་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་བླག་པོ་འདི་རྟེན་པར་འགྱུར་  
རོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས་པ་ལས་འཕྲོས་སོ། །འདིའི་སྐབས་སུ་གཉིས།  
ཆིག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། རྣམ་  
རྩོགས་སྐྱོར་བ་བསྐྱོམ་པའི་པན་ཡོན་རྣམ་པ་བཅུ་བཞི་ཡོད་དེ། སྐྱོར་བ་  
བསྐྱོམ་སྟོབས་གྱིས་བདུད་གྱི་མཐུ་བཅོམ་པ་ལ་སོགས་པ་ནས་ངས་པར་  
འཕྲོབ་པའི་བར་གྱི་ཡོན་ཏན་རྣམ་པ་བཅུ་བཞི་ཡོད་པའི་བྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་དགག་བཞག་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ།  
ཁ་ཅིག་སྐྱོར་བ་བསྐྱོམ་སྟོབས་གྱིས་ཐོབ་པའི་པན་ཡོན། སེམས་དཔའི་སྐྱོར་  
བའི་ཡོན་ཏན་གྱི་མཆན་ཉིད་ཟེར་ན། ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པ་ཆོས་ཅན།

མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ། མཆོན་ཉིད་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཉན་ཐོས་སྒྱུར་བ་  
 བསྐྱོམ་སྟོབས་ཀྱིས་ཐོབ་པའི་པན་ཡོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་ཐོབ་  
 པའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། ཆོས་ཅན་དེའི་ཕྱིར། །ཁ་ཅིག  
 སེམས་དཔའི་སྒྱུར་བ་བསྐྱོམས་སྟོབས་ཀྱིས་འཐོབ་པའི་པན་ཡོན། སེམས་  
 དཔའི་སྒྱུར་བའི་ཡོན་ཏན་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། རྣམ་རྫོགས་སྒྱུར་བ་བསྐྱོམ་  
 པའི་ལམ་མ་ཞུགས་མེད་པར་ཐལ། དེ་ན་རྣམ་རྫོགས་སྒྱུར་བ་བསྐྱོམས་པའི་  
 པན་ཡོན་མེད་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེ་འདྲའི་པན་ཡོན་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་  
 དེར་ཐལ། མཆོན་ཉིད་དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ལམ་ཞུགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡིན་  
 པར་ཐལ་ལོ། །ཁ་ཅིག སེམས་དཔའི་སྒྱུར་བའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་ན། སེམས་  
 དཔའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པས་བྲལ་ཟེར་ན། སེམས་དཔའི་སྒྱུར་བ་བསྐྱོམས་  
 སྟོབས་ཀྱིས་ཐོབ་པའི་སངས་རྒྱས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 སངས་རྒྱས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། གནས་སྐབས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པར་  
 ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། མ་བྲལ་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་གཉིས་ལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་ཆེ་ཆུང་དང་མཐོད་མན་གྱི་བྲད་པར་  
 མེད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་སོ།།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། སེམས་དཔའི་སྒྱུར་བ་ཐོབ་པའི་གང་  
 ཟག་གིས་དེ་བསྐྱོམས་སྟོབས་ཀྱིས་ཐོབ་པའི་པན་ཡོན། སེམས་དཔའི་སྒྱུར་

བའི་ཡོན་ཏན་གྱི་མཆན་ཉིད། དེ་ལ་དེར་གྱུར་པའི་བདུད་གྱི་མཐུ་བཅོམ་པ་  
དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་དགོངས་པ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་མངོན་སུམ་  
མཛད་པ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་དང་ཉེ་བ་དང་། དོན་ཆེན་པོ་ཉིད་  
དང་། ལུང་བསྟན་པའི་ཡུལ་དབྱེད་པ་དང་། ཟག་མེད་གྱི་ཡོན་ཏན་རྫོགས་  
པར་བྱེད་པ་དང་། སྤྱི་བའི་སྤྱེས་བྱ་ཆེན་པོར་འགྱུར་བ་དང་། བདུད་གྱིས་མི་  
བྱེད་པ་དང་། ཉན་རང་དང་བྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་དགེ་ཙམ་བསྐྱེད་པ་དང་།  
གཞན་དོན་སྦྱབ་པའི་དོན་སྦྱབ་པ་དང་། འབྲས་བུ་རྒྱ་ཆེན་པོ་འཛིན་པ་དང་།  
སེམས་ཅན་གྱི་དོན་སྦྱབ་པ་དང་། ཡུམ་ངེས་པར་འཐོབ་པར་འགྱུར་བའི་ཡོན་  
ཏན་དང་བཙུ་བཞི་ཡོད་དོ།

### སྦྱོར་བའི་སྦྱོན།

༥ གཉིས་པ་སྦྱོན་ནི། སྦྱོན་ནི་བཙུ་ཆན་པ་ཞིར་བཅས་པ། །དྲུག་ཏུ་ངེས་  
པར་རྟོགས་པར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། དོན་ནི། འགྲེལ་པར། ཆོག་མཆན་  
པོས་ཐོབ་པ་དང་། སྦྱོབས་པ་ཏ་ཅང་སྦྱར་བ་དང་། ཞེས་པ་ནས། དེ་ལྟར་ན་  
བཞི་བཙུ་ཙམ་དྲུག་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུང་། འཕྲོས་ནི། ཞེས་སྦྱོན་སྒྲིམ་  
པ་ལ་བར་དུ་གཅོད་པ་ཇི་ལྟ་བུ་འབྱུང་། ཞེས་པ་ནས། བདུད་སྒྲིག་ཅན་སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་ཆ་བྱད་དུ་འོངས་ནས། ཞེས་སོགས་ཀྱི་བར་གྱི་མདོ་ལས་འཕྲོས་  
སོ། །འདིའི་སྐབས་སུ་གཉིས། ཆོག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་ནི།

ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། རྣམ་རྫོགས་སྦྱོར་བ་སྦྱེ་བ་དང་གནས་པའི་སྦྱོན་ཞེ་བླག་  
ཡོད་དེ། དེ་འདྲའི་སྦྱོན་ནི་བཙུ་ཆོན་བཞི་དང་བཅས་པ་དང་བླག་ཏུ་ངེས་པར་  
རྟོགས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར།

༺ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་དགག་གཞག་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ།  
ཁ་ཅིག་སྦྱོར་བ་སྦྱེ་བ་དང་གནས་པ་གང་རུང་ལ་གོགས་བྱེད། སེམས་དཔའི་  
སྦྱོར་བའི་སྦྱོན་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། སེམས་དཔའི་  
སྦྱོར་བའི་སྦྱོན་མ་ཡིན་ཀྱང་སྦྱོར་བ་སྦྱེ་བ་དང་གནས་པ་གང་རུང་ལ་གོགས་  
བྱེད་ཅིག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་སྦྱོར་བ་སྦྱེ་བ་ལ་གོགས་  
བྱེད་ཅིག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱིས་ཉན་ཐོས་ཀྱི་  
སྦྱོར་བ་སྦྱེ་བ་ལ་གོགས་བྱེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་དེ་སྦྱེ་བ་འགོག་པའི་  
ཕྱིར། ཁ་ཅིག་བྱང་སེམས་ཀྱི་ལམ་དང་སྦྱོར་བ་ལ་སྟོས་པའི་སྦྱོན་ཡིན་ན།  
སྦྱོན་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། ཉན་ཐོས་སྟོབ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་བྱང་  
ཆུབ་དོན་གཉིས་ཀྱི་བསམ་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་  
རྒྱུད་ཀྱི་རང་བདེ་གཅིག་སྤུ་ཞི་བདེ་དོན་གཉིས་ཀྱི་སྟོ་དེ་དེ་ལྟར་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཡོན་ཏན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ལམ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར།

༺ གཉིས་པ་རང་ལྷགས་ལ། སེམས་དཔའི་སྦྱོར་བ་སྦྱེ་བ་དང་གནས་



པ་གང་རུང་ལ་གོགས་བྱེད་གི་ཆ། སེམས་དཔའི་སྒྲོར་བའི་སྒྲོན་གི་མཆོན་  
ཉིད། དེ་ལ་ཞེ་དྲུག་ཡོད་དེ། དེར་གྱུར་པའི་སྒྲོར་བའི་འགལ་སྐྱེན་རང་ལ་  
བརྟེན་པ་ཉི་ཤུ། རང་གཞན་གང་རུང་ལ་བརྟེན་པ་ཉིར་གསུམ། གཞན་ལ་  
བརྟེན་པ་གསུམ་དང་བཅས་པ་ཡོད་པའི་བྱིར། དང་པོ་ཉི་ཤུ་ཡོད་དེ། དུམ་གྱི་  
ཆིག་དོན་ཆོགས་ཆེན་པོས་འཐོབ་པ། སྒྲོབས་པ་ཉ་ཅང་སྒྱུར་བ། དུམ་གྱི་  
གནས་ངན་ལེན། ཡིད་གྱི་གནས་ངན་ལེན། གྲགས་རྟེན་གྱིས་དུམ་འབྲི་བ།  
དུམ་ལས་བྱིར་སྒྲོགས་པ། རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྒྱ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་ཉམས་  
པ། དུམ་གྱི་རོ་སྒྲུང་བ་ཉམས་པ། ཐེག་པའི་མཆོག་ཀྱན་ཏུ་འཛིན་པ་ཉམས་པ།  
ཆེད་དུ་བྱ་བ་ཉམས་པ་སྟེ་བརྟུ་དང་། ཡང་རྣམ་མཁྱེན་ཐོབ་འདོད་གྱི་རྒྱ་དང་  
འབྲས་བུ་འབྲེལ་བ་ཉམས་པ། གོང་ན་མེད་པའི་སྐྱ་གསུམ་གྱི་རྒྱ་ལས་ཉམས་  
པ། དུམ་ལ་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་སྒྲོབས་པ་མང་པོ་འབྱུང་བ། དུམ་ཡི་གེར་བྲི་  
བ་ཅུ་ལ་ཞེན་པ། གནས་ལུགས་ལ་བདེན་པར་ཞེན་པ། ཡི་གེ་ལ་དུམ་དུ་  
མངོན་པར་ཞེན་པ། ཡི་གེ་མེད་པ་ལ་དེར་ཞེན་པ། འདོད་པའི་དུམ་ཡིད་ལ་  
བྱེད་པ། རྟེན་བཀྱར་སོགས་ལ་ཞེན་པ། བདུད་ལས་གྱི་ལམ་ལ་འཇུག་པ་དང་  
བརྟེན་སྟེ་ཉི་ཤུ་ཡོད་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་ཡོད་དེ། ཉན་པ་པོ་དུམ་ལ་འདུན་གྱང་  
འཆད་པ་པོ་སྟོམ་ལས་གྱིས་ཉམས་པ་དང་། གཉིས་ཀ་དུམ་གྱི་འདུན་པ་ཐ་  
དད་པའི་ཉམས་པ། འདོད་པ་མི་མཉམ་པའི་ཉམས་པ། སྒྲུངས་པའི་ཡོན་ཏན་

མི་མཉམ་པ། དགོ་བ་ལ་དད་པ་མི་མཉམ་པ། སྦྱིན་པ་གཏོང་མི་མཉམ་པ།  
 སྦྱིན་འདོད་ཀྱང་ལེན་མི་འདོད་པ། དུམ་གྱི་དོན་གོ་མི་གོ་མི་མཉམ་པ། མཁས་  
 མི་མཁས་མི་མཉམ་པ། ཕྱིན་དུག་ལྡན་མི་ལྡན་གྱི་མི་མཉམ་པ་སྟེ་བཙུ་དང་།  
 འཆད་པ་པོ་དང་ཉན་པ་པོ་གཉིས་ཐབས་ལ་མཁས་མི་མཁས་མི་མཉམ་པ།  
 མི་བརྗེད་པའི་གཟུངས་ཐོབ་མ་ཐོབ་མི་མཉམ་པ། དུམ་ཡི་གེར་འབྲི་འདོད་མི་  
 འདོད་མི་མཉམ་པ། སྦྱིབ་པ་དང་བྲལ་མ་བྲལ་མི་མཉམ་པ། གཞན་དོན་དུ་ངན་  
 སོང་དུ་འགྲོ་མི་འདོད་པ། བདེ་འགྲོར་འགྲོ་བ་ལ་ཆགས་པ། འཆད་པ་པོ་དང་  
 ཉན་པ་པོ་གཉིས་འཁོར་ལ་དགའ་མི་དགའ་མི་མཉམ་པ། འཁོར་གྱི་གོ་སྐབས་  
 འབྱེད་མི་འབྱེད་པ། འཆད་པོ་ཟང་ཟེང་ཅུང་ཟད་འདོད་ཀྱང་། ཉན་པོས་སྦྱིན་  
 མི་འདོད་པ། སྟོག་གི་བར་ཆད་དུ་འགྱུར་བའི་སྟོགས་སུ་འགྲོ་འདོད་མི་མཉམ་  
 པ་སྟེ་བཙུ་དང་། ལུ་གོ་འབྱུང་བའི་སྟོགས་སུ་འགྲོ་འདོད་མི་མཉམ་པ། ཆོམ་  
 རྒྱན་ཡོད་པའི་སྟོགས་སུ་འགྲོ་འདོད་མི་མཉམ་པ། བསོད་སྟོམས་སྟེར་བའི་  
 བྱིམ་དུ་འཆད་པོ་འགྲོ་འདོད་ཀྱང་ཉན་པོ་འགྲོ་མི་འདོད་པ་རྣམས་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར། གསུམ་པ་ཡོད་དེ། བདུད་གྱིས་ཆོས་དང་གང་ཟག་སོ་སོར་འབྱེད་པ་  
 དང་། དུམ་བཅོས་མ་སྒྲུབ་པ་དང་། བདུད་གྱི་སྒྲུལ་པ་ལ་དགའ་བ་དང་གསུམ་  
 ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེ་དག་ནི་ཆོག་སྒྲུབ་སྒྲུས་ཏེ་བརྗོད་ལ། ཞིབ་པར་ནི་གསེར་  
 འབྲེང་དང་རྣམ་བཤད་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ།

## མཆན་མཆོན།

༥ གསུམ་པ་སྦྱོར་བའི་མཆན་ཉིད་བཤད་པ་ལ་གཉིས། མདོར་བསྟན་  
པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། གང་གིས་མཆོན་ཏེ་མཆན་ཉིད་  
དུ། །ཞེས་པ་ནས། རོ་བོ་ཉིད་གང་མཆོན་བྱ་ཡང་། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས་  
ཏེ། དོན་ནི་འབྲེལ་པར། བྱེད་པར་སྐྱབ་པས་འདིས་སྦྱོར་བ་རྣམས་མཆོན་  
པར་བྱེད་པས་ན། །ཞེས་པ་ནས། རྣམ་པ་བཞིར་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་པའི་  
བར་གསུངས། འཕྲོས་ནི། ཤེས་ཕྱིན་གྱིས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་སྦྱོང་བ་དང་  
དེ་ལ་འཇིག་རྟེན་སྟོན་པ་ཡིན་པར་གསུངས་པ་ལས་འཕྲོས་སོ། །

འདིའི་སྐབས་སུ་གཉིས། ཆིག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་  
ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། འདིར་ལམ་ཤེས་ཕྱིན་གྱི་རྣམ་འབྱོར་གྱི་མཆན་ཉིད་  
འཆད་པའི་རྒྱ་མཆན་ཡོད་དེ། མཆོན་བྱེད་གང་གིས་ལམ་ཤེས་ཕྱིན་གྱི་རྣམ་  
འབྱོར་དུ་མཆོན་བྱས་པ་དེ། དེའི་མཆན་ཉིད་དུ་ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཆེད་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། མཆན་ཉིད་དེ་ལ་ཡང་རྣམ་པ་གསུམ་ཡོད་དེ། མཐེན་གསུམ་སྦྱོར་  
བ་མཆོན་བྱེད་ཤེས་པའི་མཆན་ཉིད་དང་། ཉན་རང་གི་སྦྱོར་བ་ལས་བྱེད་  
པར་དུ་འཕགས་པའི་བྱེད་པར་གྱི་མཆན་ཉིད་དང་། གཞན་དོན་སྐྱབ་པའི་  
བྱེད་ལས་བྱེད་པར་ཅན་དང་ལྡན་པའི་བྱེད་པའི་མཆན་ཉིད་དང་གསུམ་ཡོད་  
པའི་ཕྱིར། རོ་བོ་ཉིད་གྱི་རྣམ་འབྱོར་བཙུ་བྱུག་བསྟན་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ།

སྒྲོར་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་གང་ཡིན་པ་མཆོན་བྱ་དང་། མཆོན་གཞི་ཡང་ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཆེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་རྣམ་པ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་སྐབས་འདིར་བསྟན་པའི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་ན། མཆོན་ཉིད་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན། སྐབས་འདིར་བསྟན་པའི་ཤེས་མཆོན་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཤེས་པ་ཞེས་པའི་སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་ཅིག་སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་མཆོན་མཆོན་གཉིས་འགལ་བེད་ན། དེ་མི་འགལ་བར་ཐལ། སེམས་དཔའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་བཙུ་བྱུག་པོ་དེ་དེ་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་སྐབས་འདིར་བསྟན་པའི་མཆོན་བྱ་གང་ཞིག །མཆོན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། ངོ་བོ་ཉིད་གང་མཆོན་བྱ་ཡང་། །ཞེས་ཡང་གི་སྒྲ་སྒྲོས་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ན། ལམ་ཤེས་ཕྱིན་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན། བདེན་འཛིན་གྱིས་བཅིངས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོག་ལས་ལམ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ལྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་གྱིས་བཟོན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་ཅིག་ ཉོན་མོངས་རྟོགས་དང་མཆོན་མ་དང་། །ཞེས་སོགས་གྱིས་བསྟན་པའི་སེམས་དཔའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་བཙུ་བྱུག་པོ་དེ།

སྐབས་འདིར་བསྟན་པའི་སེམས་དཔའི་ལམ་ཤེར་ཕྱིན་གྱི་ནལ་འབྱོར་གྱི་  
མཆོན་བྱ་ཡིན་ཟེར་ན། འོ་ན། སྐབས་འདིར་བསྟན་པའི་སེམས་དཔའི་ལམ་  
ཤེར་ཕྱིན་གྱི་ནལ་འབྱོར་དེ་མཆོན་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར།  
འདོད་ན། སྐབས་འདིར་བསྟན་པའི་སེམས་དཔའི་ནལ་འབྱོར་དེ་ཡང་མཆོན་  
ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། །ཁ་ཅིག་སེམས་དཔའི་མཐུན་གསུམ་སྦྱོར་བ་མཆོན་  
གཞི། རང་འབྲས་སངས་རྒྱས་སྐྱེད་བྱེད་ཡིན་པར་མཆོན། རང་འབྲས་མཐུན་  
གསུམ་གྱི་རྟོགས་བ་སྐྱེད་བྱེད་གྱི་སེམས་དཔའི་སྦྱོར་བ་ཡིན་བ་ཞེས་མཆོན་  
བ་ཡིན་ནོ། །ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། མཐུན་གསུམ་སྦྱོར་བ་ཆད་མས་  
ངེས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། དེ་རང་འབྲས་སངས་རྒྱས་སྐྱེད་བྱེད་ཆད་མས་  
ངེས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སྦྱོར་བ་ཉི་ཤུ་མཆོན་གཞི།  
ཆོས་སྐྱེའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱུའི་སྦྱོར་བ་ཡིན་པར་མཆོན། ཆོས་སྐྱེ་  
སྐྱེད་བྱེད་གྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱུའི་སྦྱོར་བ་ཞེས་མཆོན་བ་ཡིན་ཟེར་ན།  
དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཆོས་སྐྱེའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱུའི་སྦྱོར་བ་མེད་  
པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་སྐྱེའི་རྒྱུའི་སྦྱོར་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་  
རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་བ་རང་ལུགས་ལ། ཉན་མོངས་རྟགས་སོགས་ཀྱིས་དབེན་  
པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་ནལ་འབྱོར་བཙུ་བྱུག་པོ་མཆོན་གཞི། ལམ་ཤེར་ཕྱིན་གྱི་



རྣལ་འབྱོར་ཡིན་པར་མཆོན། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་སྟོང་རྩེ་  
 བྱུང་པར་ཅན་གྱིས་ཟིན་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པ། ཞེས་པའི་ཚུལ་  
 གྱིས་མཆོན། ལམ་ཤེར་བྱེད་ལ་བཞི་ཡོད་དེ། ཤེས་མཆོན། བྱུང་མཆོན།  
 བྱེད་མཆོན། རོ་བོ་ཉིད་མཆོན་དང་བཞི་ཡོད་པའི་བྱིར།

༥ གསུམ་པ་རྩོད་པ་སྟོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་འདིར་སེམས་དཔའི་རོ་བོ་ཉིད་  
 གྱི་རྣལ་འབྱོར་བཙུན་པ་ཤེས་པའི་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་སྟོན་ས་མ་བསྟན་པར་ཐལ། དེ་  
 མཆོན་བྱའི་སྟོན་ས་བསྟན་པའི་བྱིར། ཟེར་ན། མ་བྱུང་། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེ་  
 རོ་བོ་ཉིད་མཆོན་དུ་བསྟན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། འགྲེལ་པ་ལས། མཆོན་པར་  
 བྱ་བ་ཡིན་པས་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་དེ། མཆོན་ཉིད་ནི་རྣམ་པ་བཞིར་ཤེས་  
 པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ཤེས་མཆོན་ཡིན་ན། ལམ་ཤེར་  
 བྱེད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་བྱིར། འདོད་  
 ན། ཉན་ཐོས་ཀྱི་བདེན་པ་མངོན་རྟོགས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་  
 ཐལ། ཤེས་པ་གང་ཞིག །མཆོན་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར། ཟེར་ན། མ་བྱུང་། བྱི་མ་  
 དེར་ཐལ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་མཐོང་ལམ་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར།

གཞི་ཤེས་སྟོང་བའི་ཤེས་མཆོན།

༥ གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་བཞི། ཤེས་མཆོན། བྱུང་མཆོན།  
 བྱེད་མཆོན། རོ་བོ་ཉིད་མཆོན་ནོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། གཞི་ཤེས། ལམ་ཤེས།

རྣམ་མཁྱེན་སྒྲོར་བའི་མཆན་ཉིད་དོ། །དང་པོ་ནི། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
འབྱུང་བ་དང་། །ཞེས་པ་ནས། །ཤེས་པའི་མཆན་ཉིད་བསྐྱུས་པ་ཡིན། །ཞེས་  
པའི་བར་གསུངས་ཏེ། དོན་ནི། འབྲེལ་པ་ལས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་འབྱུང་  
བ་དང་། །འཇིག་རྟེན་འཇིག་པ་མེད་པ་དང་། །ཞེས་པ་ནས། ཐམས་ཅད་ཤེས་  
པ་ཉིད་ཀྱིས་བསྐྱུས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས། འཕྲོས་ནི། ཤེས་  
རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་འདིས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྟོབས་བཙུ་བ་སྦྱེད་  
དོ། །ཞེས་པ་ནས། རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་ལ་བརྟེན་ཅིང་འབྱུང་བར་འབྱུར་  
དོ། །ཞེས་བྱ་བར་རབ་ཏུ་མཁྱེན་ཏོ། །ཞེས་པའི་བར་ལས་འཕྲོས་སོ། །

འདིའི་སྐབས་སུ་གཉིས། ཆིག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱུང་པའོ། །དང་པོ་  
ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། འདིར་ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་ཉིད་ཀྱི་སྐབས་ཀྱི་ཤེས་  
པའི་མཆན་ཉིད་བཙུ་བ་བསྐྱུས་ནས་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་བཞིན་གཤེགས་  
པ་འབྱུང་བ་ཤེས་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་དང་། འཇིག་རྟེན་དོན་དམ་པར་  
འཇིག་པ་མེད་པའི་བདག་ཉིད་དུ་ཤེས་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་དང་། དེ་  
བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་གྱི་སེམས་ཀྱི་སྒྲོད་པ་དང་། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པ་  
ལ་སེམས་བསྐྱུས་པ་དང་། དེ་ལས་སེམས་སྤྱིར་ལྟས་པ་དང་། སེམས་རྣམ་  
མཁྱེན་དང་འདྲ་བར་མི་བད་པ་ཡི་རྣམ་པ་དང་། སེམས་འདོད་ཆགས་དང་  
བཅས་པ་སོགས་ཏེ་ཞེ་སྤང་གཏི་ཟུག་དང་བཅས་པ་དང་། དེའི་ཤུགས་བསྟན་

སེམས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་དང་། སེམས་ཀྱི་གནས་ལུགས་རྒྱ་ཆེན་པོ་  
 དང་། སེམས་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུར་སྒྲུང་བའི་ཆེན་པོར་གྱུར་བ་དང་། དོན་དམ་པར་  
 སེམས་ཚད་མེད་པ་དང་། རྣམ་ཤེས་དབང་ཤེས་ཀྱི་ངོ་བོར་བསྟན་དུ་མེད་པ་  
 དང་། སེམས་སྐྱུན་ལྡས་བཟླར་མེད་པ་དང་། ཤེས་པ་དེ་ལ་གཡོ་བ་དང་ལ་  
 སོགས་པ་འདྲ་བ་བཟུམ་པ་བཙུ་མས་པ་བཞི་ཡོད་པར་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་  
 དང་། གཡོ་བ་སོགས་ཤེས་ཚུལ་དེ་ལས་གཞན་ཡང་གཡོ་བ་སོགས་དེ་དག་  
 གི་ནི་རང་བཞིན་བདེན་པས་སྟོང་པ་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་།  
 ཐུབ་པས་དེ་བཞིན་ཉིད་རྟོགས་པ་དེ་གཞན་ལ་བསྟན་པ་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་  
 སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་འདི་དང་བཙུ་བྱ་གཡོད་པར་བསྟན་པའི་བྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གཉིས། དངོས་དང་། ལྟ་བ་བྱེ་བྲག་ཏུ་  
 བཞད་པའོ། །དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་འབྱུང་བ་སོགས་  
 ཡུལ་བཙུ་བྱ་གཡོ་བྱང་རྟོགས་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས། སེམས་  
 དཔའི་གཞི་ཤེས་སྟོར་བའི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་  
 རྒྱུད་ཀྱི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་འབྱུང་བར་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་སེམས་  
 བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ། མཆོན་ཉིད་དེའི་བྱིར། འདོད་ན། དེ་  
 ཐེག་དམན་ཀྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་  
 རུས་ཏེ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་པའི་བྱིར། གཞན་ཡང་། གང་ཟག་གི་

བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་ཆོས་ཅན།  
མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་དམན་གྱི་རྟོགས་  
རིགས་སུ་གནས་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། མི་  
འཐད་པར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་  
པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ན། སེམས་དཔའི་གཞི་ཤེས་སྒྲོར་བ་ཡིན་  
པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། འཇིག་རྟེན་དོན་དམ་པར་མི་འཇིག་པར་མངོན་སུམ་དུ་  
རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་  
ཐལ། འཇིག་རྟེན་འཇིག་མེད་བདག་ཉིད་དང་། །ཞེས་པའི་དངོས་བསྟན་གྱི་  
སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཐེག་དམན་གྱི་རྟོགས་  
རིགས་སུ་གནས་པར་ཐལ་ལོ། །ཁ་ཅིག་སེམས་དཔའི་གཞི་ཤེས་སྒྲོར་བ་  
ཡིན་ན། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་སེམས་དཔའི་གཞི་ཤེས་སྒྲོར་བ་  
ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། གཟུགས་སྤྱི་རོལ་དོན་གྱིས་སྟོང་བ་མངོན་སུམ་དུ་  
རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། རྟགས་  
སྒྲ། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཆོས་ཅན་དེའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
འབྱུང་བ་སོགས་ཡུལ་བཅུ་དྲུག་པོ་གང་རུང་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་གཞི་  
ཤེས་ཡིན་ན། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་གཞི་ཤེས་ཡིན་པས་ཁྱབ་  
ཟེར་ན། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་རྣམ་མཁྱེན་ཆོས་

ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་  
གཞི་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ།  
འདོད་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། ཉན་མོངས་རྟགས་སོགས་ཀྱིས་དབེན་  
པའི་སེམས་དཔའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་བཅུ་དྲུག་པོའི་ནང་ཚན་གྱི་དང་  
པོ་བཞི་མཚན་གཞི། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་སེམས་དཔའི་གཞི་  
ཤེས་སྒྲོར་བ་ཡིན་པར་མཆོན། གཞི་ཤེས་པའི་ཤེར་ཕྱིན་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པ་འབྱུང་བ་སོགས་ཡུལ་བཅུ་དྲུག་པོ་གང་རུང་རྟོགས་པའི་  
ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟིན་ཅིང་། ཉན་ཐོས་ཀྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པའི་སེམས་  
དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པ། ཞེས་མཆོན། འདིར་བསྟན་པའི་སེམས་དཔའི་གཞི་  
ཤེས་སྒྲོར་བར་དེ་ལ་སྒྲར་བཤད་པ་ལྟར་ཟིན་གྱིད་ཀྱི་དབྱེ་བས་བཅུ་དྲུག་  
ཡོད་དོ།

༥ གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྒྲོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་ཉན་མོངས་རྟགས་སོགས་  
ཀྱིས་དབེན་པའི་སེམས་དཔའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་དང་པོ་བཞི་པོ་དེ་  
སེམས་པའི་གཞི་ཤེས་སྒྲོར་བ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཀྱི་མཆོན་སྒྲོར་འཐད་  
པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། འཇིག་རྟེན་དོན་དམ་པར་འཇིག་པ་མེད་པར་མངོན་སུམ་  
དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་དེ་ཡང་སེམས་དཔའི་གཞི་ཤེས་



སྒྲོར་བ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པ་གང་ཞིག དེ་སེམས་དཔའི་ངོ་བོ་ཉིད་གྱི་  
རྣལ་འབྱོར་དང་པོ་བཞི་པོ་གང་རུང་ཡིན་པའི་སྤྱིར། སྤྱི་མ་དེར་ཐལ། དེ་  
འཛིག་ཏེན་འཛིག་མེད་ཅེས་པའི་དངོས་བསྟན་གྱི་སེམས་དཔའི་སྒྲོར་བ་ཡིན་  
པའི་སྤྱིར། ཟེར་ན། སྒྲོན་མེད་དེ། དེའི་དངོས་བསྟན་གྱི་ཟིན་བྱེད་སེམས་  
དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ཀྱང་། ངོ་བོ་ཉིད་གྱི་རྣལ་འབྱོར་དང་པོ་བཞི་གང་རུང་མ་  
ཡིན་པའི་སྤྱིར། སྤྱི་མ་དེར་ཐལ། དེ་བཞིན་པོ་གང་རུང་ལ་གཞི་ཤེས་གྱིས་  
བྱུང་པའི་སྤྱིར།

### ལུང་མ་བསྟན་གྱི་ལྟ་ངན།

༥ གཉིས་པ་ལྟ་བ་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་ནི། འབྲེལ་པར་གསལ་བར་མ་  
གསུངས་ཀྱང་གསེར་འབྲེང་དང་། རྣམ་བཤད་ལས་བཤད་པ་བཞིན་འདིར་  
བཟོད་པ་ནི། འདི་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ་ཁ་ཅིག བདག་དང་འཛིག་ཏེན་  
ཏྱག་པར་ལྟ་བ། མི་ཏྱག་པར་ལྟ་བ། གཉིས་ཀར་ལྟ་བ། གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པར་  
ལྟ་བ་བཞི་སྒྲོན་གྱི་མཐའ་ལ་བཏེན་པའི་ལུང་མ་བསྟན་གྱི་ལྟ་ངན་ཡིན་  
ནི། །ཟེར་ན། འོ་ན། བདག་དང་འཛིག་ཏེན་ཏྱག་མི་ཏྱག་གང་རུང་དུ་ལྟ་མི་  
རིགས་པར་ཐལ། དེ་ཏྱག་པར་ཡང་ལྟ་མི་རིགས། མི་ཏྱག་པར་ཡང་ལྟ་མི་  
རིགས་པའི་སྤྱིར། སྤྱི་མ་དེར་ཐལ། དེར་ལྟ་བ་ལུང་མ་བསྟན་གྱི་ལྟ་ངན་ཡིན་  
པའི་སྤྱིར། ཏྱགས་ཁས། འདོད་ན། བདག་དང་འཛིག་ཏེན་ཆོས་ཅན། ཏྱག་མི་

རྟག་གང་རྒྱུ་དུ་ལྟ་རིགས་པར་ཐལ། དེ་གང་རྒྱུ་དུ་འཛིན་རིགས་པའི་ཕྱིར།  
 དེར་ཐལ། དེ་གང་རྒྱུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གཞི་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། གཞན་  
 ཡང་། བདག་དང་འཛིན་རྟག་མི་རྟག་གང་རྒྱུ་དུ་ལྟ་རིགས་པར་ཐལ། དེ་  
 མི་རྟག་པར་ལྟ་རིགས་པའི་ཕྱིར། དེ་དེར་ཐལ། དེ་མི་རྟག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 ཁྲུབ་སྟེ། འཛིན་རྟག་མི་རྟག་པར་ལྟ་བའི་ལྟ་བ་དེ་ལྟ་བ་རྣམ་དག་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། འདུས་བྱས་མི་རྟག་པར་ལྟ་བའི་ལྟ་བ་དེ་ལྟ་བ་རྣམ་དག་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། བདག་དང་འཛིན་རྟག་མི་རྟག་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་  
 པར་ལྟ་མི་རིགས་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་རིགས་  
 པར་ཐལ། དེ་དེ་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པར་འཛིན་རིགས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་  
 དེ་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བདག་མེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་  
 དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་གྲོངས་པན་ཆད་འབྱུང་བར་ལྟ་བ་མི་འབྱུང་བར་ལྟ་བ་  
 སོགས་བཞི་པོ་དེ། ལྷང་འདས་ཀྱི་མཐའ་ལ་བརྟེན་པའི་ལྷང་མ་བསྟན་གྱི་ལྟ་  
 ངན་ཡིན་ཟེར་ན། འོ་ན། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་གྲོངས་པན་དུ་མི་འབྱུང་བར་  
 ལྟ་བ་དང་། འབྱུང་མི་འབྱུང་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པར་ལྟ་བ་དེ་ལྷང་མ་བསྟན་གྱི་  
 ལྟ་ངན་ཡིན་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པ་གྲོངས་པན་ཆད་དུ་མི་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་  
 ཕྱིར། འདོད་ན། དེར་འབྱུང་བར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་བཞིན་

གཤེགས་པ་གྲོངས་པ་ཡོད་པར་ཐལ་ལོ། །གཞན་ཡང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་  
པ་གྲོངས་པ་ན་ཆད་དུ་འབྱུང་མི་འབྱུང་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པར་ལྟ་མི་རིགས་  
པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེ་ལྟར་ལྟ་རིགས་  
པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་དེ་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཉགས་སྒོ།

༥ གཉིས་པ་རང་གི་ལུགས་ལ། འདིར་བསྟན་ལུང་མ་བསྟན་བཅུ་  
བཞིའི་བྱང་པར་ཡོད་དེ། བྱི་རོལ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་གང་ཟག་གི་བདག་དང་འཇིག་  
ཉེན་ཉག་པར་ལྟ་བ། མི་ཉག་པར་ལྟ་བ། རང་བཞིན་ཉག་ལ་གནས་སྐབས་མི་  
ཉག་པར་ལྟ་བ། གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པའི་ཆོས་སུ་ལྟ་བ་རྣམས་ནི་སྒོན་གྱི་མཐའ་  
ལ་བཞེན་པའི་ལུང་མ་བསྟན་གྱི་ལྟ་ངན་དང་། དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་གང་ཟག་གི་བདག་  
དང་འཇིག་ཉེན་མཐའ་དང་ལྟན་པ་སྐྱེ་བ་བྱི་མར་མི་འཇུག་པའི་ཆོས་སུ་ལྟ་བ་  
དང་། མཐའ་དང་མི་ལྟན་པ་བྱི་མར་འཇུག་པར་ལྟ་བ། གནས་སྐབས་མི་  
འཇུག་ཅིང་སྤྱིར་འཇུག་པར་ལྟ་བ། གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པའི་ཆོས་སུ་ལྟ་བ་  
རྣམས་ནི་བྱི་མའི་མཐའ་ལ་བཞེན་པའི་ལུང་མ་བསྟན་གྱི་ལྟ་ངན་དང་། དེའི་  
རྒྱུད་ཀྱི་གང་ཟག་གི་བདག་གི་གྲོལ་བ་པོ་གྲོངས་པ་ན་ཆད་འབྱུང་བར་ལྟ་བ།  
མི་འབྱུང་བའི་ཆོས་སུ་ལྟ་བ། འབྱུང་མི་འབྱུང་གཉིས་ཀར་ལྟ་བ། གཉིས་ཀ་མ་  
ཡིན་པའི་ཆོས་སུ་ལྟ་བ་རྣམས་ནི་ལྱང་འདས་གྱི་མཐའ་ལ་བཞེན་པའི་ལུང་མ་  
བསྟན་གྱི་ལྟ་ངན་དང་། གང་ཟག་གི་བདག་དང་ལྱང་པོ་རྣམས་གཅིག་ཏུ་ལྟ་བ་

དང་། རྩམ་ཐ་དད་དུ་ལྟ་བུ་ནི་ལུས་སྒོག་ལ་བརྟེན་པའི་ལུང་མ་བསྟན་གྱི་ལྟ་  
 རན་དང་བཙུ་བཞི་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེ་དག་གང་ལ་གཙོ་ཆེ་བའི་བྱད་པར་ཡོད་  
 དེ། གང་ཟག་གི་བདག་དང་འཇིག་རྟེན་རྟག་པར་ལྟ་བ། དེ་མཐའ་དང་མི་ལྟན་  
 པ་ཕྱི་མར་འཇུག་པར་ལྟ་བ། དེ་གྲོངས་པན་ཆད་འབྱུང་བར་ལྟ་བ། དེ་དང་  
 ལུང་པོ་རྩམ་ཐ་དད་དུ་ལྟ་བ་རྣམས་ནི་ཕྱི་རོལ་གྲངས་ཅན་པ་ལ་གཙོ་ཆེ་ཞིང་།  
 ཡུལ་ལ་སྐྱབ་པའི་རྣམ་པས་འཇུག་པས་གཡོ་བའི་ལྟ་བ་དང་། གང་ཟག་གི་  
 བདག་དང་འཇིག་རྟེན་མི་རྟག་པར་ལྟ་བ། དེ་མཐའ་དང་ལྟན་པ་ཕྱི་མར་མི་  
 འཇུག་པའི་ཆོས་སུ་ལྟ་བ། དེ་གྲོངས་པན་ཆད་མི་འབྱུང་བའི་ཆོས་སུ་ལྟ་བ་  
 རྣམས་ནི་ཕྱི་རོལ་རྒྱང་པན་པ་ལ་གཙོ་ཆེ་ཞིང་། ཡུལ་ལ་དགག་པའི་རྣམ་  
 པས་འཇུག་པས་འདུ་བའི་ལྟ་བ་དང་། མཐའ་དེ་དག་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 ལྟ་བ་རྣམས་ནི་ཕྱི་རོལ་གཅེར་བྱ་བ་ལ་གཙོ་ཆེ་ཞིང་། དགག་སྐྱབ་ཆ་མཉམ་  
 པའི་རྣམ་པས་འཇུག་པས་བཟུམས་པའི་ལྟ་བ་དང་། མཐའ་དེ་དག་གང་དུ་ཡང་  
 བརྗོད་དུ་མོད་པ་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པའི་ཆོས་སུ་ལྟ་བ་རྣམས་ནི་ཕྱི་རོལ་  
 གནས་མ་བྱ་བ་ལ་གཙོ་ཆེ་ཞིང་། དགག་སྐྱབ་གཉིས་ཀ་འགོག་པའི་རྣམ་པས་  
 འཇུག་པས་བཙུམས་པའི་ལྟ་བ་དང་། གང་ཟག་གི་བདག་དང་ལུང་པོ་རྩམ་  
 གཅིག་ཏུ་ལྟ་བུ་ནི་ཕྱི་རོལ་བྱེ་བྲག་པ་ལ་གཙོ་ཆེ་བར་འཇོག་པའི་ཕྱིར་དོ། །ཕྱི་  
 རོལ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ལུང་མ་བསྟན་གྱི་ལྟ་རན་བཙུ་བཞི་པོ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་

ལུང་མ་བསྟན་གྱི་ལྟ་ངན་ཞེས་བཞེད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། ཁྱོད་ཀྱིས་ཀུན་  
ནས་བསྐྱངས་ཏེ་ཐུ་སྟེགས་བྱེད་རྣམས་ཀྱིས་སྟོན་པ་ལ་གང་ཟག་གི་བདག་  
དང་འཇིག་རྟེན་རྟག་གམ་མི་རྟག་ཅེས་ངེས་པའི་ངེ་བ་དེ་ལ་སྟོན་པས་ལན་  
སྟོན་མི་རུང་བར་དགོངས་ནས་ལན་མི་བསྟན་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་དེ་ལྟར་  
བཤད་པའི་ཕྱིར། ལན་སྟོན་མི་རུང་བའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། ཕྱི་རོལ་བ་དེ་  
དག་གིས་གང་ཟག་གི་བདག་ལས་བརྒྱམས་ཏེ་ངེས་པ་ཡིན་པས་གང་ཟག་  
གི་བདག་ལ་རྟག་མི་རྟག་སོགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་མི་འཐད་པས་བྱུང་གཞི་མེད་པའི་  
བྱུང་ཆོས་ངེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

༥ གསུམ་པ་ཅོད་པ་སྤོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་འདིར་བསྟན་ལུང་མ་བསྟན་  
གྱི་ལྟ་ངན་བཅུ་བཞི་པོ་དེ་སྟོན་པས་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཀྱི་དམ་  
བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར་ན། མ་བྱུང་། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལུང་  
ལས་བསྟན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་མདོ་ལས་བསྟན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
མདོའི་བཞེད་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གཞི་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་དེ་  
ལུང་ལས་མ་བསྟན་པར་ཐལ། དེ་དག་ལུང་མ་བསྟན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན།  
མ་བྱུང་། མ་གྲུབ་ན་དེར་ཐལ། དེ་དག་དགེ་མི་དགེ་ལུང་མ་བསྟན་གསུམ་པོ་  
གང་རུང་གང་ཞིག་གཞན་གཉིས་གང་རུང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ཕྱི་  
རོལ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་བདག་དང་འཇིག་རྟེན་བདེན་པར་སྟ་བའི་སྟ་བ་དེ་འདིར་



བསྟན་ཕུང་མ་བསྟན་གྱི་ལྟ་ངན་བཙུ་བཞི་པོ་གང་རུང་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་  
 རྒྱུད་གྱི་བདག་དང་འཇིག་རྟེན་གང་ཟག་གི་བདག་ཏུ་བདེན་པར་ལྟ་བའི་ལྟ་བ་  
 དེ། འདིར་བསྟན་ཕུང་བསྟན་གྱི་ལྟ་ངན་བཙུ་བཞི་པོ་གང་རུང་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། འདོད་ན། མི་འཐད་པར་ཐལ། ལྟ་བ་དེའི་ཞེན་ཡུལ་གྱི་སྟོང་  
 པར་རྟོགས་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་དེ། སེམས་དཔའི་གཞི་ཤེས་སྒྲོར་བ་  
 མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 དེར་ཐལ། བདག་དང་འཇིག་རྟེན་བདེན་པར་མེད་པ་སྟོང་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 གཞན་ཡང་། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་འབྲའི་ལྟ་བ་དེ་ལྟ་བ་ལྟན་སྒྲེས་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་སྟེ། འདིར་བསྟན་ལྟ་ངན་བཙུ་བཞི་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན། ལྟ་བ་  
 ཀུན་བཏགས་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་བདག་གི་བདག་དང་ཕུང་པོ་སྟེ་  
 བ་སྟེ་མར་མི་འཇུག་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་  
 འཇུག་པར་ཐལ། བདག་དང་ཕུང་པོ་སྟེ་བ་སྟེ་མར་འཇུག་པའི་ཕྱིར། དེར་  
 ཐལ། བདག་སྟེ་བུ་སྟེ་མ་འཇུག་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། མ་གྲུབ་ན་དེར་  
 ཐལ། གང་ཟག་སྟེ་བ་སྟེ་མར་འཇུག་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་སྟེ་བ་སྟེ་མར་  
 འགོ་བའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ཕུང་པོ་སྟེ་བ་སྟེ་མར་འཇུག་པར་ཐལ། མདུན་གྱི་  
 སྟེ་མར་འཇུག་པའི་ཕྱིར་ན། རྣམ་པ་གཅིག་ཏུ་མ་ཁྲབ། མ་གྲུབ་ན་དེར་ཐལ།  
 དེའི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ཕུང་པོ་སྟེ་བ་སྟེ་མར་འཇུག་པའི་ཕྱིར་ན། མ་ཁྲབ། ཁ་ཅིག་

བདག་ཏྲག་པར་ལྟ་བའི་ལྟ་བ་དེ་འདིར་བསྟན་ལུང་མ་བསྟན་གྱི་ལྟ་ངན་ཡིན་  
པར་ཐལ། དེ་ལུང་མ་བསྟན་གྱི་ལྟ་ངན་ཡིན་པའི་བྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། འདོད་  
མི་རུས་སོ།།

ལམ་ཞེས་སྦྱོར་བའི་ཞེས་མཆན།

༥ གཉིས་པ་ལམ་ཞེས་སྦྱོར་བ་ནི། སྟོང་ཉིད་མཆན་མ་མེད་བཅས་  
དང་། །ཞེས་པ་ནས། ཞེས་པའི་མཆན་ཉིད་ཡིན་པར་བཞེད། །ཅེས་པའི་བར་  
གསུངས་ཏེ། དོན་ནི། འབྲེལ་བར། སྟོང་པ་ཉིད་དང་མཆན་མ་མེད་པ་དང་།  
ཞེས་པ་ནས། ལམ་ཞེས་པ་ཉིད་གྱིས་བསྐྱུས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་  
གསུངས། འཕྲོས་ནི། ལྟའི་བྱ་ཞེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་བཟ་མོ་འདིའི་  
མཆན་ཉིད་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་དོ་མཆན་མ་མེད་པའོ་སྟོན་པ་མེད་པའོ། །ཞེས་པ་  
ནས། དེ་དག་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་མཆན་ཉིད་མེད་པར་མངོན་པར་  
རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་སོ། །ཞེས་པའི་བར་གྱི་མདོ་ལས་འཕྲོས་སོ། །

འདིའི་སྐབས་སུ་གཉིས་ལས། ཆིག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་  
པོ་ནི། ཞེས་བྱ་ཆོས་ཅན། སེམས་དཔའི་ལམ་ཞེས་སྦྱོར་བ་བཅུ་དྲུག་ཡོད་  
དེ། ལམ་ཞེས་པའི་ཞེར་བྱིན་ལ་བརྟེན་ནས་བདེན་པར་གྲུབ་པའི་ངོ་བོ་སྟོང་  
པ་ཉིད་དང་། རྒྱ་ལ་དོན་དམ་པར་མཆན་མ་མེད་པ་དང་བཅས་པ་དང་།  
འབྲས་བུ་ལ་དོན་དམ་པར་སྟོན་པ་རྣམ་པར་སྤངས་པ་སྟེ་མེད་པར་རྫོགས་

པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་གསུམ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཆོས་ཐམས་ཅད་དོན་  
 དམ་པར་སྒྲེ་བ་མེད་པ་དང་། འགག་པ་མེད་པ་དང་། སོགས་སྒྲུབ་བསྒྲུས་པ་  
 བེ་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་མེད་པ་དང་། རྣམ་པར་བྱང་བ་མེད་པ་དང་། དོན་  
 དམ་པར་སྤང་བྱའི་དངོས་པོ་མེད་པ་དང་། བདེན་བྱུང་གིས་སྟོང་པའི་ངོ་བོ་  
 ཉིད་དང་། དོན་དམ་པར་རྟེན་མེད་པ་དང་། རྣམ་མཁའི་མཆོན་ཉིད་དེ་དྲུག་  
 དང་། ཆོས་ཉིད་གཞན་དུ་རྣམ་པར་འབྲུགས་པ་མེད་པ་དང་། སྒྲོ་སྒྲེན་དུ་བཏང་  
 བས་འདུ་མི་བྱེད་པ་དང་། མཆོན་ཉིད་དང་མཆོན་གཞིའི་རབ་དབྱེ་ལ་རྣམ་  
 པར་མི་རྟོག་པ་དང་། མཆོན་ཉིད་ཀྱི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་དང་། དོན་དམ་པར་  
 མཆོན་ཉིད་མེད་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་དང་བཙུ་དྲུག་  
 ཡོད་པའི་བྱིར། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། ཤེས་པའི་མཆོན་ཉིད་ལས་ཤེས་པ་ཉིད་  
 ཀྱི་སྒྲུབས་ཀྱིས་བསྒྲུས་པ་ཡིན་པར་བཞེད་དེ། སྤར་བཤད་པ་འདི་རྣམས་  
 ཀྱིས་མཆོན་པའི་སྒྲོ་ནས་བསྒྲུས་པ་ཡིན་པར་བཞེད་པའི་བྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་དགག་གཞག་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ།  
 ཁ་ཅིག གཞན་དོན་བྱ་དཀའ་བ་སོགས་སྒྲུབ་པའི་སེམས་དཔའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་  
 རྣལ་འབྱོར་བར་བ་ལྟ་བོ་དེ་མཆོན་གཞི། སེམས་དཔའི་ལམ་ཤེས་སྒྲུར་བ་  
 ཡིན་པར་མཆོན། སྟོང་ཉིད་མཆོན་མེད་སོགས་ཡུལ་བཙུ་དྲུག་པོ་གང་རུང་  
 རྟོགས་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པ་ཞེས་མཆོན་བེར་ན། ཐེག་ཆེན་

མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་  
དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་ན། རང་  
ཡུལ་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་རྣམ་པ་ཤར་བའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ།  
འདོད་པའི་བྱིར། གཞན་ཡང་། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་  
པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་  
དེའི་བྱིར། འདོད་ན། ལྟོང་ཉིད་མཆོན་མེད་སོགས་ཡུལ་བཅུ་དྲུག་པོ་གང་རུང་  
གང་ཟག་གི་བདག་མེད་སྤྲོ་མོ་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ།

གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། གཞན་དོན་བྱ་དཀའ་བ་སོགས་སྐྱབ་པའི་  
སེམས་དཔའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་འབྱེད་བར་པ་ལྟ་བུ་དེ་མཆོན་གཞི། སྐབས་  
འདིར་བསྟན་པའི་སེམས་དཔའི་ལམ་ཤེས་སྦྱོར་བ་ཡིན་པར་མཆོན། ལྟོང་  
ཉིད་མཆོན་མེད་སོགས་ཡུལ་བཅུ་དྲུག་པོ་གང་རུང་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་  
ཀྱིས་ཟིན་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པ་ཞེས་མཆོན་ནོ།

རྣམ་མཁྱེན་སྦྱོར་བའི་ཤེས་མཆོན།

༥ གསུམ་པ་རྣམ་མཁྱེན་སྦྱོར་བ་ནི། དེ་ནི་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་བརྟེན་ནས། །  
ཞེས་པ་ནས། ཤེས་པའི་མཆོན་ཉིད་ཅེས་བཤད་དོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས་  
ཏེ། དོན་ནི། འབྲེལ་པར། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་ལ་མངོན་པར་

བརྟེན་ནས་གནས་པ་དང་། ཞེས་པ་ནས། ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་ཀྱིས་  
བསྐྱུས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུང་། འཕྲོས་ནི། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
རྣམས་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱེན་པ་འདི་ལ་བརྟེན་ཅིང་གནས་སོ། །ཞེས་པ་  
ནས། ཤེས་བྱེན་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་འཇིག་རྟེན་འདིའི་འདུ་ཤེས་པ་  
དང་པ་རོལ་ཀྱི་འདུ་ཤེས་སུ་ཡང་མི་འགྱུར་བར་དེ་ལྟར་སྟོན་ཏོ། །ཞེས་པའི་  
བར་ཀྱི་མདོ་ལས་འཕྲོས་སོ། །

འདིའི་སྐབས་སུ་གཉིས། ཚིག་དོན་དང་། །མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་  
ནི། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། སེམས་དཔའི་རྣམ་མཐུན་སྦྱར་བ་བཙུ་བྱ་གཡོད་དེ།  
དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དེ་ནི་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཚོས་ལ་བརྟེན་ནས་མཐོང་ཚོས་ལ་  
བདེ་བར་གནས་པར་རྟོགས་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་དང་། དགེ་བའི་  
གཤེས་གཉིན་ལ་གྲུས་པར་བྱ་བ་དང་། བཀའ་ལས་མི་འདའ་བར་སྒྲ་མ་ཉིད་  
དུ་བྱ་བ་དང་། རྟོན་བཀྱར་གྱིས་མཉེས་པར་བྱ་བ་དང་། སྒྲ་མ་དེ་ལ་མཆོད་  
པར་བྱེད་པ་དང་། དོན་དམ་པར་མཆོད་པ་སོགས་བྱེད་པ་མེད་པ་དང་། ཡེ་  
ཤེས་ཀྱིས་ཤེས་བྱ་ཀྱན་ཏུ་འཇུག་པར་མཐུན་པ་གང་ཡིན་པ་དང་། དོན་དམ་  
པར་མ་མཐོང་བའི་དོན་སྟོན་པར་མཛད་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་བདེན་པས་སྟོང་  
པའི་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཤེས་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་བདེན་སྟོང་ཉིད་དུ་བརྗོད་  
པ་དང་། དེ་བདེན་སྟོང་ཉིད་ཤེས་པར་མཛད་པ་དང་། དེ་ལྟར་མདོན་སུམ་དུ་



མཐོང་བར་མཛད་པ་དང་། ཆོས་ཉིད་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་ཉིད་དུ་སྟོན་པ་  
དང་། རྟོན་དམ་པར་སྟོས་པ་ཞི་ཉིད་དུ་སྟོན་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་ལ་བདེན་པར་  
འདུ་ཤེས་པ་འགོག་པ་དང་། འདི་དང་པ་རོལ་ལ་དོན་དམ་པར་སྤང་དོར་གྱི་  
འདུ་ཤེས་འགོག་པ་ཤེས་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་དང་བཙུ་བྱ་གཡོད་པའི་  
ཕྱིར། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། རྣམ་པ་ཀུན་མཁྱེན་ཉིད་ཀྱི་ཚུལ་ལ་ནི་ཤེས་པའི་  
མཆོན་ཉིད་བཙུ་བྱ་བ་ཤད་པ་ཡིན་ཏེ། སྤར་བ་ཤད་པ་ལྟར་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། ཁ་ཅིག་གཞི་  
ལམ་གྱི་བྱེད་པར་ལ་དམིགས་པ་སོགས་སེམས་དཔའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་རྣལ་  
འབྱོར་ཐ་མ་བདུན་པོ་མཆོན་གཞི། སེམས་དཔའི་རྣམ་མཁྱེན་སྦྱོར་བ་ཡིན་  
པར་མཆོན། ཐུབ་པས་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་ལ་དམིགས་ནས་མཐོང་ཆོས་  
ལ་བདེ་བར་གནས་པ་སོགས་ཡུལ་བཙུ་བྱ་གཡོག་གང་རུང་གི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་  
སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པ་ཞེས་མཆོན་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ།  
སེམས་དཔའི་རྣམ་མཁྱེན་སྦྱོར་བ་ཡིན་ན་མཆོན་ཉིད་དེ་ཡིན་པས་མ་བྱུང་  
པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ནི། མཆོན་གཞི་ནི་སྤར་ལྟར་ལ། སྐབས་  
འདིར་བསྟན་པའི་སེམས་དཔའི་རྣམ་མཁྱེན་སྦྱོར་བ་ཡིན་པར་མཆོན། དེ་  
འདྲའི་ཡུལ་བཙུ་བྱ་གཡོག་གང་རུང་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟིན་པའི་སེམས་

དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པ་ཞེས་མཆོན་ནོ།།

### བྱད་མཆོན།

༥ གཉིས་པ་བྱད་མཆོན་མདེར་བསྟན་ནི། བསམ་མི་བྱབ་སོགས་བྱད་  
 པར་གྱིས། །ཞེས་སོགས་རྒྱུང་པ་བཞི་གསུངས་ཏེ། རོན་ནི། འབྲེལ་པར།  
 བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་དང་། མི་མཉམ་པ་ལ་སོགས་པའི་བྱད་པར་གྱིས།  
 ཞེས་པ་ནས། བྱད་པར་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས།  
 འདིའི་སྐབས་སུ་ཆོག་དོན་ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། བྱད་མཆོན་བཅུ་དྲུག་ཡོད་  
 དེ། སྒྲུག་བསྐྱེལ་བདེན་པའི་ཆོས་ཉིད་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་ཐུགས་སུ་ཆུད་  
 པ་དང་། མི་མཉམ་པ་ལ་སོགས་པའི་བྱད་པར་གྱིས་སྒྲུག་བདེན་པ་སོགས་པ་  
 བདེན་བཞིའི་ཆོས་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སྒྲོ་ནས་ཉན་རང་གི་སྦྱོར་  
 བ་ལས་བྱད་ཞུགས་པའི་བདེན་པའི་སྦྱོད་ཡུལ་ཅན་གྱི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་  
 ལམ་ཤེས་བཅོད་སྐད་ཅིག་མ་བཅུ་དྲུག་གི་དབང་གིས་མཆོན་བྱེད་བྱད་པར་  
 གྱི་མཆོན་ཉིད་བཅུ་དྲུག་བཤད་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེ་དག་ཀྱང་གང་ཞེ་ན།  
 རྒྱས་བཤད་ནི། བསམ་མི་བྱབ་དང་མི་མཉམ་དང་། །ཞེས་པ་ནས། བྱད་དུ་  
 འཕགས་པས་བྱད་པར་ལམ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས་ཏེ། རོན་ནི། ཡང་དག་  
 པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ལ་སོགས་པས་ལེགས་པར་ཡོངས་སུ་བཟུང་།  
 ཞེས་པ་ནས། བྱད་པར་གྱི་ལམ་ཡིན་པར་བྱད་ཞུགས་སོ། །ཞེས་པའི་བར་

གསུང་། འཕྲོས་ནི། རབ་འབྱོར་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཟབ་མོ་འདི་  
ནི་བསམ་གྱིས་མི་བྲབ་པའི་བྱ་བ་དང་། ཞེས་པ་ནས། བྱང་སེམས་དེ་ནི་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་གཞན་ནམ་དགའ་ལྡན་གྱི་གནས་ནས་ཤེས་པ་འཕྲོས་ཏེ་  
འདིར་སྐྱེས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གྱི་མདོ་ལས་འཕྲོས་སོ། །

འདིའི་སྐབས་སུ་གཉིས། ཆོག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་  
ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། བྱང་མཆོན་དེ་ལ་རྒྱས་པར་དབྱེ་ན་བཅུ་དྲུག་ཡོད་དེ།  
སྤྱག་བདེན་གྱི་ཆོས་ཉིད་བསམ་གྱིས་མི་བྲབ་པ་དང་། ཆོས་ཉིད་དེ་དཔེས་  
མི་མཉམ་པ་དང་། བ་སྒྲུབ་པའི་ཆོད་མས་གཞལ་བ་ལས་འདས་པ་དང་།  
གངས་ཀྱིས་བགྱང་བ་ལས་ཡང་དག་པར་འདས་པ་སྟེ་བཞི་མདོན་སྐྱུ་ཏུ་  
རྟོགས་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་བཞི་དང་། འཕགས་པའི་གང་ཟག་གི་ཡོན་  
ཏན་ཀྱན་སྤྱད་པ་དང་། ཆོས་ཐམས་ཅད་ཤེས་པའི་སྐྱེས་བུ་མཁས་པ་ཡིས་  
རིག་པར་བྱ་བ་ཉིད་དང་། ཉན་རང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་དངོས་པོ་  
ཡོངས་སུ་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཉིད་དང་། རང་གི་མདོན་པར་ཤེས་པ་ཤིན་ཏུ་སྦྱར་  
བ་སྟེ་ཀྱན་འབྱུང་གི་ཆོས་ཉིད་རྟོགས་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་བཞི་དང་།  
ཆོས་ཐམས་ཅད་དོན་དམ་པར་བློ་བ་དང་གང་བ་མེད་པ་དང་། ཕྱིན་དྲུག་དྲུག་  
ཏུ་སྦྱབ་པ་དང་། བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་ཡང་དག་པར་འབྱུང་  
པ་དང་། ཐབས་ཀྱིས་བེན་པའི་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་



བཅེངས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོག་ལས་ལམ་ཆོས་ཅན།      མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ།  
མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འབྲེལ་  
སྟེ། སེམས་དཔའི་སྒྲོར་བ་ཡིན་ན། རོ་བོ་སྒྲོན་ས་དམན་པའི་སྒྲོར་བ་ལས་  
འབྲེལ་པར་དུ་འཕགས་དགོས་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་དེ་ཉོག་ས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟིན་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་  
ཤེས། དེའི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། དེ་ཡང་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ལ་ཡང་སྒྲར་གྱི་  
སྒྲོན་དེ་འཇུག་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སྒྲུག་བསྐྱལ་བདེན་པའི་ཆོས་ཉིད་བསམ་  
ཀྱིས་མི་འབྲེལ་བ་སོགས་ཡུལ་བཅུ་དྲུག་པོ་གང་རུང་ཉོག་ས་པའི་ཤེས་རབ་  
ཀྱིས་ཟིན་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས།      སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་  
དམན་པའི་སྒྲོར་བ་ལས་འབྲེལ་པར་དུ་འཕགས་པའི་སེམས་དཔའི་སྒྲོར་བའི་  
མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན།      བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སེམས་དཔའི་གཞི་  
ཤེས་སྒྲོར་བ་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ། མཆོན་ཉིད་དེའི་ཕྱིར། དེར་  
ཐལ། བྱང་འཕགས་ཀྱི་མཁུན་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཐེག་  
དམན་གྱི་ཉོག་ས་རིགས་སུ་གནས་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ ཉོན་མོངས་ཉོག་ས་སོགས་ཀྱིས་དབེན་པའི་སེམས་དཔའི་རོ་  
བོ་ཉིད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་བཅུ་དྲུག་པོ་སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་དམན་  
པའི་སྒྲོར་བ་ལས་འབྲེལ་པར་དུ་འཕགས་པའི་སེམས་དཔའི་སྒྲོར་བ་ཡིན་



ནོ། །ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཉོན་མོངས་རྟགས་སོགས་ཀྱིས་དབེན་  
པའི་སེམས་དཔའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་དང་པོ་བཞི་པོ་དེ་མ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། གཞུང་འདིས་སེམས་དཔའི་གཞི་ཤེས་སྒྲོར་བ་དེ་དམན་  
པའི་སྒྲོར་བ་ལས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པར་དངོས་སུ་མ་བསྟན་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། ཉོན་མོངས་རྟགས་སོགས་ཀྱིས་དབེན་  
པའི་སེམས་དཔའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་བཙུ་བྱུག་པོ་དེ་མཚན་གཞི།  
སྐབས་འདིར་བསྟན་པའི་དམན་པའི་སྒྲོར་བ་ལས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པའི་  
སེམས་དཔའི་སྒྲོར་བ་ཡིན་པར་མཆོན། སྒྲུག་བསྐྱལ་བདེན་པའི་ཆོས་ཉིད་  
བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་སོགས་ཡུལ་བཙུ་བྱུག་པོ་གང་རུང་རྟོགས་པའི་ཤེས་  
རབ་ཀྱིས་ཟིན་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པ་ཞེས་མཆོན།

### བྱེད་མཆན།

༥ གསུམ་པ་བྱེད་མཆན་ནི། བན་དང་བདེ་དང་སྒྲོབ་པ་དང་། །ཞེས་པ་  
ནས། འདི་ནི་བྱེད་པའི་མཆན་ཉིད་ཡིན། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས་ཏེ། དོན་ནི།  
འགྲེལ་པར། མ་འོངས་པའི་པན་པ་དང་། ཆེ་འདིའི་བདེ་བ་དང་། ཞེས་པ་ནས།  
རྟོན་གྱི་མཛད་པ་གཅིག་སྟེ། ཞེས་པའི་བར་གསུང་། འཕྲོས་ནི། རབ་འབྱོར་  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་འཇིག་རྟོན་ལ་པན་པའི་ཕྱིར་ཡང་དག་  
པར་ཞུགས་པའོ། །ཞེས་པ་ནས། རབ་འབྱོར་ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་གཟུགས་

ཀྱི་ངང་ཚུལ་ཅན་ཏེ། དེ་དག་ནི་ངང་ཚུལ་དེ་ལས་མི་འདའོ། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་  
མདོ་ལས་འཕྲོས་སོ། །

འདིའི་སྐབས་སུ་གཉིས། ཚིག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་  
ནི། ཞེས་བྱ་ཚེས་ཅན། བྱེད་ལས་བྱེད་པར་ཅན་གྱི་སེམས་དཔའི་སྦྱོར་བ་  
བཙུག་ཅིག་ཡོད་དེ། འོག་ནས་འཆད་པ་ལྟར་བཙུག་ཅིག་པོ་འདི་ནི་བྱེད་པ་  
སྦྱོར་བའི་མཆན་ཉིད་དམ་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་བྱིར། དེ་དག་ཀྱང་གང་ཞེ་ན།  
ཡོད་དེ། གཞི་ཞེས་ཀྱི་སྦྱོར་བའི་བྱེད་པ། མ་འོངས་པའི་པན་པ་དང་ཆེ་འདིའི་  
བདེ་བ་དང་། སེམས་ཅན་ཅི་རིགས་སྤྱག་བསྐྱེད་ལས་སྦྱོབ་པའི་སེམས་  
དཔའི་ཡེ་ཞེས་ཏེ་བྱེད་ལས་ཀྱི་སྒྲོན་སྒྲུབ་དང་། མི་རྣམས་ཀྱི་ནི་སྐྱབས་  
སོགས་བྱེད་པ་གཏན་དུ་པན་པ་ལ་འགོད་པ་དག་དང་། སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་  
བརྒྱུག་པས་གནས་དང་། འཁོར་འདས་དོན་དམ་པར་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་  
པས་དབྱང་གཉིན་དང་། སྤིང་པའི་ཚུ་སྦྱང་བལ་བ་ལ་འགོད་པས་རང་གཞན་  
ཀྱི་དོན་རྟོགས་པའི་རྟོན་གྱི་ངོ་བོ་སྤྲིང་དང་། རང་གཞན་གྱི་དོན་སྦྱབ་པས་  
ཡོངས་སུ་འབྲེན་པ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། དོན་དེ་ཡང་སྦྱོར་གྱིས་བྱུང་བར་བྱེད་པ་  
དང་ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་འབྲས་བུ་དུས་མ་ཡིན་པར་  
མདོན་དུ་མི་བྱེད་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཞེས་ཏེ་ལམ་  
ཞེས་ཀྱི་བྱེད་པ་བདུན་དང་། བྱེད་པ་བཙུག་ཅིག་གི་ཐ་མ་ལ་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་

སྒྲོར་བ་ནི་སེམས་ཅན་གྱི་ཉིན་གྱི་མཛད་པ་གཅིག་སྟེ་བཙུ་གཅིག་ཡོད་པའི་  
ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་དགག་གཞག་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ་  
ཁ་ཅིག་ ཉོན་མོངས་རྟགས་སོགས་ཀྱིས་དབེན་པའི་སེམ་དཔའི་ངོ་བོ་ཉིད་གྱི་  
རྣལ་འབྱོར་བཙུ་བྱུག་པོ་མཆོན་གཞི། གཞན་དོན་རྒྱ་ཆེན་པོ་སྒྲུབ་པའི་བྱེད་  
ལས་བྱེད་པར་ཅན་གྱི་སེམས་དཔའི་སྒྲོར་བ་ཡིན་པར་མཆོན། བན་བདེ་  
སྒྲོབ་པ་སོགས་བྱེད་ལས་བཙུ་གཅིག་པོ་གང་རུང་དང་ལྡན་པའི་སེམས་  
དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པ་ཞེས་མཆོན་ཟེར་ན། ཐེག་དམན་ལམ་དུ་ལྷུང་ཁ་མའི་  
རྒྱུད་གྱི་ཆེ་འདིའི་བདེ་བ་དོན་གཉིར་གྱི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན།  
མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ། །མཆོན་ཉིད་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆེ་འདིའི་བདེ་བ་དོན་  
གཉིར་གྱི་བྱེད་ལས་དང་ལྡན་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
འདོད་ན། དེ་རྒྱུད་ལྡན་གྱི་བྱང་སེམས་ཀྱིས་གཞན་དོན་རྒྱ་ཆེན་པོ་སྒྲུབ་རྒྱས་  
པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། དེ་མི་རྒྱས་པར་ཐེག་དམན་  
ལམ་དུ་ལྷུང་བར་འགྱུར་ཁ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱང་སྟེ། དེར་འགྱུར་ཁའི་རྒྱ་  
མཆོན་ཡང་དག་ཅིག་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

༥ རང་ལུགས་ལ། ཉོན་མོངས་རྟགས་སོགས་ཀྱིས་དབེན་པའི་སེམས་  
དཔའི་ངོ་བོ་ཉིད་གྱི་རྣལ་འབྱོར་བཙུ་བྱུག་པོ་མཆོན་གཞི། སྐབས་འདིར་བསྟན་

པའི་གཞན་དོན་རྒྱ་ཆེན་པོ་སྐྱབ་པའི་བྱེད་ལས་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་སེམས་  
དཔའི་སྦྱོར་བ་ཡིན་པར་མཆོན་པན་བདེ་སྦྱོར་བ་སོགས་བྱེད་ལས་ཁྱད་པར་  
ཅན་བཅུ་གཅིག་པོ་གང་རུང་དང་ལྡན་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པ་  
ཞེས་མཆོན་ནོ།

### དེ་ལོ་ཉིད་མཆོན།

༥ བཞི་པ་དོ་ལོ་ཉིད་མཆོན་ནི། ཉོན་མོངས་རྟགས་དང་མཆོན་མ་  
དང་། །ཞེས་པ་ནས། མཆོན་ཉིད་བཞི་པར་བཞེད་པ་ཡིན། །ཞེས་པའི་བར་  
གསུངས་ཏེ། དོན་ནི། འབྲེལ་པར། འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་  
པ་དང་། དེའི་རྟགས་ལུས་ཀྱི་གནས་ངན་ལེན་དང་། ཞེས་པ་ནས། དེ་ལྟར་ན་  
བཞི་པ་དོ་ལོ་ཉིད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་དུ་བཞེད་དོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས།  
འཕྲོས་ནི། རབ་འབྱོར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་འདི་ནི་  
འདོད་ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་དང་གཏི་མུག་བསལ་བས་དབེན་པའི་རང་བཞིན་  
དུ་འགྱུར་རོ། །ཞེས་པ་ནས། ལྷའི་བྱ་དག་གནས་བརྟན་རབ་འབྱོར་གཟུགས་  
ཀྱི་རྗེས་སུ་མ་སྦྱེས། གཟུགས་ཀྱི་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་རྗེས་སུ་མ་སྦྱེས། ཞེས་  
སོགས་དང་། གང་གི་ཆེ་གཟུགས་མི་དམིགས་པ་དེའི་ཆེ་གཟུགས་ཀྱི་དེ་  
བཞིན་ཉིད་དམིགས་པ་ལྟག་ལ་འགྱུར།

ཞེས་སོགས་ཀྱི་མདོ་ལས་འཕྲོས་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོགས་ལམ། འདིའི་

སྐབས་སུ་གཉིས། ཚིག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཤེས་བྱ་  
 ཚོས་ཅན། སེམས་དཔའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་འབྱོར་བཅུ་དྲུག་ཡོད་དེ། འདོད་  
 ཆགས་སོགས་ཉོན་མོངས་པ་སྟོང་བ་དང་། དེའི་རྟགས་ལུས་ཀྱི་གནས་ངན་  
 ལེན་སྟོང་བ་དང་། དེའི་རྒྱ་མཚན་ཚུལ་བཞིན་མ་ཡིན་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་མེད་  
 པ་དང་། འདོད་ཆགས་སོགས་མི་མཐུན་སྟེགས་དང་དེའི་གཉེན་པོ་དག་དོན་  
 དམ་པར་དབེན་པའམ་གང་ཟག་གི་བདག་གིས་དབེན་པར་རྟོགས་པའི་  
 སེམས་དཔའི་གཞི་ཤེས་སྟོར་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་བཞི་དང་། དོན་དམ་པར་མེད་  
 པའི་སེམས་ཅན་ཐ་སྙད་དུ་མཐའ་ཡས་པ་སྤྱང་ན་ལས་བཟླ་བར་དཀའ་བསྐྱབ་  
 པ་དང་། ཐེག་པ་གཞན་དུ་མི་སྤྱང་བར་འཆང་རྒྱ་བ་ངེས་པ་སྐྱབ་པ་དང་། ཆེད་  
 དུ་བྱ་བ་ཆེན་པོ་གསུམ་སྐྱབ་པ་དང་། བསྐྱོམ་བྱ་དང་སྐྱོམ་པ་པོའི་ཚོས་དོན་  
 དམ་པར་མི་དམིགས་པར་རྟོགས་པ་དང་། དངོས་པོ་ལ་བདེན་པར་མངོན་  
 པར་ཞེན་པར་བཀག་པའི་སེམས་དཔའི་ལམ་ཤེས་སྟོར་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་ལྟ་  
 དང་། གཞི་ཤེས་དང་ལམ་ཤེས་ཀྱི་བྱེད་པར་ལ་དམིགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་གང་  
 ཡིན་པ་དང་། གྱིས་པ་དང་འཛིན་པ་མི་མཐུན་པ་དངོས་པོ་དང་དངོས་མེད་ལ་  
 བདེན་ཞེན་མེད་པ་དང་། གཟུགས་སོགས་ཀྱི་ཚོས་རྣམས་ཐོགས་པ་མེད་  
 པར་ཤེས་པ་དང་། ཤེས་བྱ་གཟུགས་སོགས་དེ་དོན་དམ་པར་མེད་པས་  
 འཇུལ་གཞི་བདེན་པར་མེད་པ་ཤེས་པ་དང་། དོན་དམ་པར་གང་དུ་འགྲོ་བ་



མེད་པ་དང་གཟུགས་སོགས་དོན་དམ་པར་སྐྱེ་བ་མེད་པ་ཤེས་པ་དང་།  
 དངོས་པོ་དང་དངོས་མེད་དང་གཉིས་ཀའི་དེ་བཞིན་ཉིད་ནི་དོན་དམ་པར་མི་  
 དམིགས་པར་རྟོགས་པའི་སེམས་དཔའི་རྣམ་མཁྱེན་སྦྱོར་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་  
 བདུན་དང་བཅས་པ་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་བཙུ་བྱུག་གི་བདག་ཉིད་རྣམས་  
 སུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། བཙུ་བྱུག་པོ་དེ་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་བཞི་པར་ཏེ་ངོ་བོ་  
 ཉིད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་དུ་བཞེད་པ་ཡིན་ཏེ། བྱོད་ཀྱི་མེ་དང་ཆ་བ་ལྟར་མཁྱེན་  
 གསུམ་ཀྱི་སྦྱོར་བ་སྤྲར་བ་ཤད་པ་དེ་དག་ནི་རང་གི་མཆོན་ཉིད་དང་ལྡན་པའི་  
 མཆོན་བྱ་ལྟ་བུར་མཆོན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ཡན་ཀྱི་སྦྱོར་བའི་  
 མཆོན་ཉིད་རྣམ་པ་བསྐྱུ་ན་གོ་གཅིག་ཡོད་དོ། །

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག  
 སེམས་དཔའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་བཙུ་བྱུག་པོ་དེ་སེམས་དཔའི་གཞི་  
 ཤེས་སྦྱོར་བ་ཡིན་ནོ། །ཟེར་ན། འོ་ན། སེམས་དཔའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་  
 བར་བ་ལྟ་དང་ཐ་མ་བདུན་པོ་ཡང་སེམས་དཔའི་གཞི་ཤེས་སྦྱོར་བ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེ་ཐེག་དམན་ཀྱི་རྟོགས་  
 རིགས་སུ་མི་གནས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གཞན་དོན་བྱ་དཀའ་བ་སྦྱབ་པའི་  
 སེམས་དཔའི་ལམ་ཤེས་སྦྱོར་བ་དེ་ཡང་ཐེག་དམན་ཀྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་མི་  
 གནས། དེ་བཞིན་ཉིད་དོན་དམ་པར་མི་དམིགས་པར་རྟོགས་པའི་སེམས་

དཔའི་རྣམ་མཁུན་སྒྱུར་བ་དེ་ཡང་ཐེག་དམན་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་མི་གནས་  
 པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། དེ་བཙུ་བྱུག་པ་སེམས་དཔའི་ལམ་ཞེས་སྒྱུར་བ་  
 དང་རྣམ་མཁུན་སྒྱུར་བ་མ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སེམས་དཔའི་  
 ཡེ་ཞེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྲལ་སྟེ། དེ་ཡིན་ན། རོ་བོའི་སྒྲོ་ནས་དེ་གཉིས་ཀྱི་  
 སྒྱུར་བ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ནི། སེམས་དཔའི་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་རྣལ་འབྱེར་  
 བཙུ་བྱུག་པོ་དེ་ལ། ཞེས་མཆན་བྲད་མཆན་བྲེད་མཆན་གསུམ་ལ་སྟོས་ཏེ་  
 མཆན་ཉིད་བཞི་པ་ཞེས་བྲལ་། དེ་དག་གང་གི་མཆོན་དེ་མཆན་ཉིད་དུ། །  
 ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་མཆན་ཉིད་དང་མཆོན་བྲལ་དང་  
 མཆན་གཞི་གསུམ་ག་ཡིན་ཏེ། མཆན་གཞི་དང་མཆོན་བྲལ་གཉིས་ཀ་ཡིན་  
 པའི་རྒྱ་མཆན། རོ་བོ་ཉིད་གང་མཆོན་བྲལ་ཡང་། །ཞེས་པས་མཆོན་བྲེད་སྐྱས་  
 བསྟན་པ་དེ་ཡང་མཆོན་བྲལ་དང་མཆན་ཉིད་སྐད་དོད་གཅིག་པའི་དབང་དང་།  
 མཆན་ཉིད་ཡིན་པ་ནི། མཆན་ཉིད་བཞི་པར་བཞེད་པ་ཡིན། །ཞེས་པས་བསྟན་  
 ཏེ། །དེ་ནི་གཞུང་གི་མཆོན་ཚུལ་དང་མཆན་ཉིད་ཀྱི་སྒྲ་བྲེད་གཉིས་ཀ་དང་  
 འབྲེལ་བར་བཤད་པའི་དབང་དུ་བྲས་ཀྱིས། སྒྱུར་མཆན་མཆོན་གྱི་འབྲེལ་བ་  
 དེས་པ་ལྟར་ནི་མིན་ནོ། །དབྲེ་བ་ནི་གཞུང་གི་ཆིག་དོན་བཤད་པ་ལྟར་ཞེས་  
 པར་བྲེའོ།

ཐེག་ཆེན་ཆོག་ས་ལམ།

༥ གཉིས་པ་ཐར་པ་ཆ་མ་ཐུན་ནས་བཟུང་སྟེ་རྒྱུད་ལ་སྦྱེ་བའི་རིམ་པ་  
བཤད་པ་ལ་གསུམ། གངས་མེད་གསུམ་ནས་འཆང་རྒྱ་བའི་ལམ་གྱི་ཐོག་མ་  
བཤད་པའི་སྒོ་ནས་རྒྱན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་ངོས་བཟུང་བ། རྒྱུད་  
སློན་བྱེད་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་པ། མངོན་རྟོགས་ཁྱད་པར་ཅན་རྒྱུད་ལ་སྦྱེ་བའི་  
རིམ་པ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། ལམ་སྤྱིའི་མཆན་ཉིད་དང་། ལམ་གྱི་  
ཆངས་ལྟར་བསྐྱས་ནས་དེ་ལ་མཁས་པའི་གདུལ་བྱ་ངོས་བཟུང་བའོ། །

དང་པོ་ནི། མཆན་མེད་རབ་ཏུ་སྦྱིན་ལ་སོགས། །ཞེས་སོགས་གྱི་རྒྱུ་  
པ་བཞི་གསུངས། གཉིས་པ་ནི། སངས་རྒྱས་སོགས་དམིགས་དད་པ་  
དང་། །ཞེས་པ་ནས། རྟོགས་སྦྱུལ་པོས་རྟོགས་དཀའ་བཞེད། །ཅེས་པའི་  
བར་གསུངས་ཏེ། དང་པོའི་དོན་ནི། འགྲེལ་པར། མཆན་མ་མེད་པར་དམིགས་  
པའི་ཤེས་པ་རྣམས་ལས། །ཞེས་པ་ནས། ཐར་པའི་ཆ་དང་མ་ཐུན་པར་ཡིན་  
པར་འདོད་དོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས། གཉིས་པའི་དོན་ནི། དང་པོ་དང་།  
བཙོན་འགྲུས་དང་། །ཞེས་པ་ནས། རྒྱུད་དུ་རྣམས་གྱིས་ནི་ཉན་ཐོས་གྱི་བྱང་  
ཆུབ་རྟོགས་སོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདི་འཕངས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་  
གསུངས། དང་པོའི་འཕྲོས་ནི། ཤེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་སྦྱིན་པ་དང་ཐབས་  
མཁས་པ་དང་མ་བྲལ་བར་དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱས་དང་། །ཞེས་སོགས་

ལས་འཕྲོས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། ལྷའི་བྱ་དག་ངས་ཆོས་ཐམས་ཅད་རྣམ་པ་  
 ཐམས་ཅད་དུ་མངོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་ཏེ། ངས་གང་མངོན་པར་  
 རྫོགས་པར་འཆང་རྒྱ་བའམ། གང་གི་མངོན་པར་རྫོགས་པར་འཆང་རྒྱ་  
 བའམ། ཞེས་པ་ནས། ཆེ་དང་ལྡན་པ་རབ་འབྱོར་རྣམ་གངས་ངས་ན་སྤྲོ་ན་  
 མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་མངོན་པར་རྫོགས་པར་འཆང་  
 རྒྱ་བ་དཀའ་སྟེ། ཞེས་པའི་བར་གྱི་མདོ་ལས་འཕྲོས་སོ། །

འདིའི་སྐབས་སུ་གཉིས། ཆོག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་  
 ནི། མངོན་རྫོགས་རྒྱན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱའི་རྒྱད་གྱི་སྟོང་ཉིད་རྫོགས་  
 པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོགས་ལམ་ཆོས་ཅན། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མངོན་པར་  
 རྫོགས་པར་རྫོགས་པའི་སྒྱོར་བའི་སྐབས་འདི་ལ་ཐར་བའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་  
 ཡིན་པར་འདོད་དེ། དོན་དམ་པར་མཆོན་མ་མེད་པར་རྫོགས་པའི་ཤེས་རབ་  
 གྱིས་ཟེན་པའི་རབ་ཏུ་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་ནས་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་བར་རང་  
 རྒྱད་ལ་ཡང་དག་པར་སྐྱབ་པ་ལ་མཁས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོས་མངོན་  
 རྫོགས་ཡིན་པར་ཞེས་པོ་ནི་མདོར་བསྟན་སྦྱིའི་དོན་དང་། སྦྱིན་སོགས་རང་  
 རྒྱད་ལ་སྐྱབ་པར་མཁས་ཚུལ་དེ་གང་ཞེ་ན། འདི་ལ་གཉིས། ལམ་གྱི་ཆེངས་  
 དང་། དེ་ལ་མཁས་པའི་གདུལ་བྱ་ངོས་བཟུང་བའོ། །དང་པོ་ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་  
 ཅན། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རིགས་ཅན་ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་སྒྲོར་ཞུགས་ནས་སྦྱོད་

པ་གང་ལ་སློབ་པ་ཡོད་དེ། སངས་རྒྱས་སོགས་ལ་དམིགས་པའི་དད་པ་དང་།  
ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་འདུག་སློབ་སམ་པ་ལུན་ཆོགས་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་  
བསྐྱེད་དེ་དེའི་གྲོགས་སུ་རྣམ་མཁུན་ཡང་ཡང་བྱན་པའི་བྱན་པ་དང་། སྤྱིན་  
སོགས་པར་ཕྱིན་ཏུ་གསྐྱེད་ཡུལ་དུ་བྱེད་པའི་བཙོན་འགྲུས་དང་། དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པའི་སྐྱ་གཟུགས་དམིགས་བསལ་དུ་བྱས་པའི་རྣམ་པར་མི་རྟོག་  
པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་དང་། ཆོས་རྣམས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཤེས་པའི་ཤེས་  
རབ་དང་རྣམ་པ་ལྡེ་ལ་སློབ་དགོས་པའི་ཕྱིར། འདིར་རྣམ་བཤའ་ལྟར་བསམ་  
པ་སེམས་བསྐྱེད་སྤྱིན་སོགས་གྱི་སློན་དུ་བངས་པ་ནི་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་  
སེམས་བསྐྱེད་ནས་རྣམ་མཁུན་དོན་གཉིར་གྱི་བྱན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱིན་  
སོགས་སློད་པ་ལ་སློབ་དགོས་པར་ཤེས་པའི་ཆེད་དོ། །

༥ གཉིས་པ་གདུལ་བྱ་ངོས་བབྱང་བ་ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། རྒྱན་གྱི་  
ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་ལ་ནང་གསེས་གྱི་དབང་པོའི་རིམ་པ་ཡང་གཉིས་  
སུ་ཡོད་དེ། དེ་ཡང་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ནི། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དབང་  
པོ་རྣམས་པོ་ཡིས་རྟོགས་པ་དེ་ཐོབ་སྤྲེལ། དེ་ལ་ལྟོས་ཏེ་དབང་པོ་རྩལ་པོས་  
རྟོགས་དཀར་ཏེ་ཐོབ་དཀར་བར་བཞེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

༦ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་ན་རེ།  
དང་སོགས་ཡུལ་ལྡེ་ལ་མཁས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོས་མངོན་རྟོགས། ཐེག་



ཆེན་གྱི་ཆོགས་ལམ་གྱི་མཆན་ཉིད་ཟེར་ན། བདེན་འཛིན་གྱིས་བཅིངས་པའི་  
 ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོགས་ལམ་ཆོས་ཅན། མཆན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་  
 བྱིད། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་བྱིད། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་བྱིད། དེར་ཐལ།  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རྒྱད་ལ་བདེན་འཛིན་གྱིས་བཅིངས་བཞིན་དུ་སྦྱིན་  
 སོགས་ལ་འཇུག་པའི་ཉམས་ལེན་ཡོད་པའི་བྱིད། དེར་ཐལ། ཞེས་བྱེན་སྟུམ་  
 བརྒྱ་པ་ལས། དཔེར་ན། མིག་དང་ལྡན་པའི་མི་ཞིག་སྦྱོར་པར་བྱུགས་ནས་ཅི་  
 ཡང་མི་མཐོང་བ་དེ་བཞིན་དུ་གང་དངོས་པོར་སྦྱང་བས་སྦྱིན་པ་ཡོངས་སུ་  
 གཏོང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བལྟ་བར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིད།  
 འདོད་ན། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཞེས་རབ་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ལ་མཁས་པར་ཐལ།  
 འདོད་པའི་བྱིད། འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་ཅིག་དད་སོགས་ཡུལ་ལྔ་ལ་མཁས་  
 པའི་སེམས་དཔའི་ཆོས་མངོན་རྟོགས་ཡིན་ན། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་སེམས་  
 དཔའི་ཡེ་ཞེས་ཡིན་པས་བྱུང་བཅེར་ན། འོ་ན། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཞེས་རབ་  
 ཀྱི་ཉམས་ལེན་ལ་མཁས་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཞེས་ཡིན་ན། སྟོང་ཉིད་  
 རྟོགས་པས་བྱུང་བར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་བྱིད། འདོད་ན། སྟོང་ཉིད་  
 རྟོགས་པའི་ཞེས་རབ་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་སྟོན་སྟེང་ཉིད་རྟོགས་ཁ་མའི་  
 དད་སོགས་ལ་མཁས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོགས་ལམ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ།  
 དེའི་བྱིད། རྟགས་གསལ་སྟེ། ཁ་ཅིག་ ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོགས་ལམ་ཡིན་ན།

བསྐྱལ་བ་གངས་མེད་གསུམ་ནས་འཆང་རྒྱ་བའི་ལམ་གྱི་ཐོག་མའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོགས་ལམ་ཡིན་པས་བྱུང་བའོ། ཐེག་ཆེན་ཆོགས་ལམ་སྐད་ཅིག་ཐ་མའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཆོས་ཅན་དེའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། བདེན་འཛིན་གྱིས་བཅིངས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོགས་ལམ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་སྡེ་ཆེན་ཉེར་གཅིག་གི་རིགས་ལ་སྤྱོད་བ་ཐོན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཆོས་ཅན་དེའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་འཆང་རྒྱ་བའི་ལམ་གྱི་ཐོག་མར་གྱུར་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོགས་ལམ་ཡིན་ན། བསྐྱལ་བ་གངས་མེད་གསུམ་ནས་འཆང་རྒྱ་བའི་ལམ་གྱི་ཐོག་མར་གྱུར་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོགས་ལམ་ཡིན་པས་བྱུང་བའོ། བསྐྱལ་བ་གངས་མེད་སོ་གསུམ་ནས་འཆང་རྒྱ་བའི་ལམ་གྱི་ཐོག་མར་གྱུར་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོགས་ལམ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པར་འགྲེལ་ཆེན་ལས་བཞུགས་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་ཅིག་མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་ཡིན་ན། ལམ་ཞུགས་ཡིན་པས་བྱུང་བའོ། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དུམ་མཁྱེན་གསུམ་ལ་དང་བའི་དད་པ། དེ་ལ་དོན་གཉེར་གྱི་འདུན་པ། དེ་ལ་ཐོས་བསམ་གྱིས་འཇུག་བཞིན་པའི་མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་ཡོད་

པའི་ཕྱིར། བྱུང་སྟེ། དེ་ཡོད་ན། ལམ་དུ་མ་ཞུགས་པའི་གོང་དུ་དེ་ཡོད་དགོས་  
 པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་ཡིན་ན།  
 རང་དང་རྒྱུད་གཅིག་དུ་སྒྱུར་པའི་མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་  
 གདུལ་བྱ་སོ་སྟེ་ཡོད་པས་བྱུང་བའི་ན། འོ་ན། འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཆོས་  
 ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མངོན་རྟོགས་རྒྱན་དེ་དེ་ལ་གཙུག་པོར་  
 དགོངས་ནས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། འཕགས་  
 པ་ཐོགས་མེད་དེ་ས་གསུམ་པ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་སྟེ། དེས་སྐྱེ་ཆེ་དེ་ལ་  
 མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གསར་དུ་རྩེ་བཙུན་ལ་གསན་པ་གང་ཞིག། དེས་སྐྱེ་ཆེ་དེ་  
 ལ་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོགས་ལམ་ནས་ས་གསུམ་པའི་བར་བཤོད་པ་མ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། ཕྱི་མ་དེར་ཐལ། འཆང་རྒྱ་བ་ལ་ཆོགས་སྒྱུར་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་  
 བསྐྱལ་པ་གངས་མེད་གཅིག་ གི་ངོས་སྐལ་གྱི་ཆོགས་བསགས་དགོས་པའི་  
 ཕྱིར། ཁ་ཅིག་མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་ལ། གདུལ་བྱ་  
 དབང་རྒྱལ་ཞིག་ཡོད་ཟེར་ན། དེ་མེད་པར་ཐལ། དེའི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་  
 བྱ་ཡིན་ན། དབང་རྩོན་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། ཐེག་  
 ཆེན་གྱི་རིགས་ཅན་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། བྱུང་སྟེ། དེ་ཡིན་ན། རང་བཞིན་  
 གྱིས་དབང་རྩོན་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། དེ་ལ་བྱང་སེམས་  
 དབང་རྒྱལ་ཡོད་ཟེར་ན། དེ་ཡང་མེད་པར་ཐལ། མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་ཆེད་

དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་བྱང་སེམས་ཡིན་ན། བྱང་སེམས་དབང་རྣམ་ཡིན་དགོས་  
པའི་སྤྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་  
དབང་འབྲིང་མེད་ཟེར་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་དབང་འབྲིང་ཡོད་ཀྱང་རྒྱན་  
གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་ལ་ནང་གསེས་དབང་པོ་རྣེ་རྟུལ་གཉིས་སུ་འབྲེད་  
པའི་ཆེ་དེ་དེའི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་དབང་རྟུལ་གྱི་ཁོངས་སུ་བསྟུ་བ་  
གསེར་འབྲིང་ལས་བཞུད་པའི་སྤྱིར། གཞན་ཡང་དེ་དབང་འབྲིང་ཡོད་པར་  
ཐལ། བྱང་སེམས་དབང་འབྲིང་ཡོད་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་དབང་  
འབྲིང་གིས་མཐོང་ལམ་ནས་སྤྱིར་མི་ལྟོག་གི་རྟགས་ཐོབ་པའི་ཚུལ་ཡང་  
གསུངས་པའི་སྤྱིར། ཁ་ཅིག་ མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་གདུལ་བྱ་ཡིན་ན། དེའི་  
ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་ཡིན་པས་བྱུང་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། མངོན་  
རྟོགས་རྒྱན་གྱི་གདུལ་བྱ་པལ་བ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། དེས་གདུལ་བྱ་  
པལ་བའི་ལམ་ཉམས་ལེན་གྱི་རིམ་བ་བསྟན་པའི་སྤྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། རྒྱན་  
གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་ཡིན་ན། མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་  
གདུལ་བྱ་ཡིན་པས་བྱུང་ཟེར་ན། མདོ་སྤྱི་རྒྱན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་  
ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་སྤྱིར། འདོད་ན། དབུ་མ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་  
པའི་སྤྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། སེམས་ཅམ་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཁ་ཅིག་དགོངས་  
འགྲེལ་གཞན་ལ་མ་བརྟེན་པར་མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་ཆོག་དོན་རྫོགས་པར་

རྟོགས་རྒྱས་པའི་གདུལ་བྱ་ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་ཅན། མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་  
 ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱའི་མཆན་ཉིད་ཟེར་ན། ཡུམ་གྱི་མདོའི་ཆེད་དུ་བྱ་  
 བའི་གདུལ་བྱ་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ། མཆན་ཉིད་དེའི་ཕྱིར། དེར་  
 ཐལ། དགོངས་འགྲེལ་གཞན་ལ་མ་བརྟེན་པར་ཡུམ་གྱི་མདོ་ལ་བརྟེན་ནས་  
 མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་ཆོག་དོན་རྫོགས་པར་རྟོགས་རྒྱས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་  
 རིགས་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། ཆོས་ཅན་དེའི་ཕྱིར། གཞན་  
 ཡང་། འགྲེལ་བ་དོན་གསལ་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་ཆོས་ཅན། མཆོན་  
 བྱ་དེར་ཐལ། མཆན་ཉིད་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དགོངས་འགྲེལ་གཞན་ལ་མ་  
 བརྟེན་པར་མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་དགོངས་འགྲེལ་ཉིད་ལ་བརྟེན་ནས་མངོན་  
 རྟོགས་རྒྱན་གྱི་དགོངས་པ་རྫོགས་པར་རྟོགས་རྒྱས་པའི་མངོན་རྟོགས་རྒྱན་  
 གྱི་གདུལ་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་  
 སོ། །

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་པ། ཆོས་མངོན་རྟོགས། ཆོགས་ལམ་གྱི་  
 མཆན་ཉིད། ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོས་མངོན་རྟོགས། ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོགས་ལམ་གྱི་  
 མཆན་ཉིད། སྦྱིན་སོགས་སྒྲུབ་པ་ལ་མཁས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོས་མངོན་  
 རྟོགས་དེ། སྐབས་འདིར་བསྟན་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོགས་ལམ་གྱི་མཆན་ཉིད།  
 སྦྱིར་ནི་ཆོགས་ལམ། ཆོས་མངོན་རྟོགས། ཐར་པ་ཆ་མཐུན་གསུམ་དོན་



གཅིག་མཆོག་གསལ་ལམ་དུ་ཞུགས་པ་དང་ལམ་སྒྲིལ་བ་དུས་མཉམ་བས། ཐེག་  
ཆེན་གྱི་ཆོག་གསལ་ལམ་ཐོབ་པ་དང་། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཐོབ་པ། ཐེག་  
ཆེན་ལམ་དུ་ཞུགས་པ་དུས་མཉམ་མོ། །དེ་ཡང་ལམ་དུ་ཞུགས་པའི་ཆད་ཁོ་  
བོ་ཅག་ལྟ་བུས་བརྗོད་དགའ་ཡང་། གསེར་འབྲེང་ལས། དེས་འབྱུང་གི་  
བསམ་བས་བསྐྱངས་པའི་དགོ་ཅ་སྒྲུ་རེ་ཅམ་རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་ན་ཡང་ཆོག་གསལ་  
ལམ་གྱི་ཕྱོགས་རེ་ཐོབ་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། རྗེའི་གསུང་འབྲུམ་  
ཐོར་བུའི་ནང་ཆོན་འཇམ་དབྱངས་གྱིས་རྗེ་སྒྲ་མར་གསུངས་པ་ལས། ཅོལ་  
བཅས་གྱི་སྤྱོད་བ་ཐོན་པས་ཐར་བའི་ས་བོན་འཛོག་རྒྱས་ཀྱང་ལམ་གྱི་སྒྲར་མ་  
སྦྱེ། སྤེད་པའི་བདེ་འབྱོར་བྲན་ཅམ་དང་སེམས་ཅན་བྲན་ཅམ་གྱིས་དེས་  
འབྱུང་དང་བྱང་སེམས་རྒྱན་ལྡན་དུ་འཇུག་པའི་སྤྱོད་བ་ཐོན་ན་ཆོག་གསལ་ལམ་  
ཟུང་བྱར་འཛོག་ ཅེས་དེས་འབྱུང་ལ་ཅོལ་བཅས་གྱི་སྤྱོད་བ་ཐོན་པ་ཅམ་གྱིས་  
ལམ་སྒྲ་མི་ཐེན་པར་གསུངས་ནས་དེ་ལ་ཅོལ་མེད་གྱི་སྤྱོད་བ་ཐོན་པ་ན་  
ཆོག་གསལ་ལམ་ཐོབ་པར་བསྟན་ཏོ། །ཆོག་གསལ་ལམ་གྱི་ཏྲགས་བྱུང་པར་ཅན་ནི།  
ཉི་མེ་སྒྲུང་བ་ལས། ཐར་བའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་འདིའི་ཏྲགས་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་  
སྟེ། འདི་ལྟ་སྟེ་སེམས་མི་ཞུམ་པ་མི་དང་པའི་མཆོན་ཉིད་དང་། མི་འགོམ་པ་  
མི་སྐྱག་པའི་མཆོན་ཉིད། ཡིད་ལ་འབྱོར་པ་མེད་པ་མི་སྐྱག་པའི་མཆོན་ཉིད་  
དང་། ཞེས་ཟབ་དོན་ལ་མི་སྐྱག་པ་དགོས་པར་གསུང་ལ། གཞན་ཡང་། ཀུན་

ལས་བརྟམ་ལས། ཆོགས་ཀྱི་ལམ་གང་ཞེ་ན། སོ་སོ་སྐྱེ་བའི་ཚུལ་ཁྲིམས་  
 དང་། དབང་པོའི་སྒོ་བསྐྱེམ་པ་དང་། ཟས་ཀྱི་ཆོད་ཤེས་པ་དང་། ནམ་གྱི་ཆ་  
 སྟོད་དང་ཆ་སྦྱད་ལ་མི་ཉལ་བར་རྣལ་འབྱོར་ལ་བཙོན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་དུ་  
 གནས་པར་མངོན་པར་དགའ་བ་དང་། ཞེས་སོགས་གསུངས་ཤིང་། མཛོད་  
 འགྲེལ་ལས། གང་ལ་འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་ནང་བདག་མེད་པ་དང་སྤྱ་  
 ངན་ལས་འདས་པའི་ཡོན་ཏན་བཛོད་པའི་གཏམ་ཐོས་ན་སྤྱ་བེད་ཞེས་བྱེད་པ་  
 དང་། མཆི་མ་ཀླག་ཅེས་བྱེད་པ་དེ་ལ་ནི་ཐར་བའི་ཆ་དང་མཐུན་བའི་དགེ་ཅ་  
 ཡོད་པར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། ཞེས་སོགས་ཆོགས་ལམ་གྱི་རྟགས་གསུངས་པ་  
 རྣམས་ལས་རྟགས་མ་རྟོར་བ་འགའ་ཞིག་རྒྱང་ན་ཆོགས་ལམ་ཐོབ་པ་ལ་ཉེ་  
 བའི་རྟགས་སམ། དེ་ཐོབ་པའི་རྟགས་སུ་ཤེས་པར་བྱའི། གཞན་དུ་ན་ལམ་སྒྲ་  
 མ་བེན་བཞིན་དུ་ཐེག་ཆེན་གྱི་གང་ཟག་ཚུ་ཁས་ལེན་དགོས་པར་ཐལ་བའི་  
 སྒྲོན་དུ་འགྱུར་ཏེ། ལམ་སྒྲ་མ་བེན་བཞིན་དུ་སྒྲ་མེད་གྱི་ཐེག་པའི་གང་ཟག་ཁྱད་  
 པར་ཅན་དུ་ཁས་ལེན་པ་དུ་མ་སྒྲང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་དག་ནི་དོན་ལ་པན་  
 བསམས་ནས་བྲིས་སོ། དགོངས་འགྲེལ་གཞན་ལམ་བརྟེན་པར་མངོན་  
 རྟགས་རྒྱན་གྱི་དགོངས་པར་རང་དབང་དུ་རྫོགས་པར་རྟགས་རྒྱས་པའི་  
 མངོན་རྟག་རྒྱན་གྱི་གདུལ་བྱ་དེ། མངོན་རྟགས་རྒྱན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་  
 གདུལ་བྱའི་མཆན་ཉིད། དེ་ལ་དེར་གྱུར་བའི་དབང་པོ་ནི་རྣལ་གཉིས་ཡོད།

༩ གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྤྱོད་བ་ལ། ཁ་ཅིག་ ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོག་ས་ལམ་  
ཡིན་ན། སྤྱོད་ཉིད་ཆོག་ས་སྤྱོད་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། མདོན་ཆོག་ས་རྒྱན་གྱི་  
ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱའི་རྒྱུད་གྱི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོག་ས་ལམ་ཡིན་ན། སྤྱོད་  
ཉིད་ཆོག་ས་སྤྱོད་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། འདོད་མི་རུས་ཏེ།  
རྣམ་བཤད་ལས། དབང་རྒྱལ་ལ་ངེས་པ་མེད་དོ། ། ཞེས་སྤྱོད་ཉིད་ཆོག་ས་མ་  
སྤྱོད་བའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོག་ས་ལམ་ཡོད་པར་བསྟན་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་།  
སྤྱོད་ཉིད་ཆོག་ས་མ་སྤྱོད་བའི་བྱང་སེམས་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་ཆོག་ས་མ་སྤྱོད་  
བའི་སེམས་ཅམ་བའི་བྱང་སེམས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན།  
བདེན་འཛིན་གྱི་བཅེངས་པས་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། བྱང་སེམས་  
དབང་རྣམ་ཡིན་ན། ཆོག་ས་ལམ་དུ་མ་ཞུགས་པའི་སྤྱོད་ཉིད་ཆོག་ས་  
སྤྱོད་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་རིག་ས་ཅན་དབང་རྣམ་གྱིས་ཐེག་  
ཆེན་ལམ་དུ་མ་ཞུགས་པའི་སྤྱོད་ཉིད་ངེས་པར་བྱས་ཏེ། དེ་རྗེས་  
ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོག་ས་ལམ་དུ་འཇུག་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། མ་གྲུབ་ན།  
དེར་ཐལ། དབུ་མ་རྒྱན་ལས། ཡང་དག་ཤེས་ཚུལ་སྤྱོད་བཏང་སྟེ། འདོད་པ་  
རྣམ་པར་ངེས་གྱུར་པ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སེམས་རྩམ་  
པའི་བྱང་སེམས་དང་རྒྱུད་གཅིག་དུ་གྱུར་པའི་ཕྱིར་མི་སྟོན་གི་རྟགས་ཐོབ་  
པའི་བྱང་འཕགས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་འཕགས་

དབང་རྣམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཕྱིར་མི་ལྟོག་གི་རྟགས་ཐོབ་པའི་བྱང་  
འཕགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་སོ། །ཁ་ཅིག དབང་པོ་རྣམ་རྟུལ་  
གཉིས་ཀྱི་མངོན་རྟགས་རྒྱན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་ཡོད་པར་ཐལ།  
མངོན་རྟགས་རྒྱན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་དབང་པོ་རྣམ་རྟུལ་གཉིས་ཡོད་  
པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་བྱུང་། མ་གྲུབ་ན་དེར་ཐལ། རྩོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་རྣམ་  
པོ་ཡིས། །རྟགས་སྒྲུབ་རྟུལ་པོས་རྟགས་དཀར་བཞེད། ། ཅེས་གསུངས་པའི་  
ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། མངོན་རྟགས་རྒྱན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་ཡིན་  
ན། དབང་རྟུལ་མ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར།

### ཟེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོལ་ལམ།

༥ གཉིས་པ་རྒྱད་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་ལམ་ངེས་འབྱེད་ཆ་མཐུན་ནི། རྩོ་བ་  
རྣམས་ཀྱི་དམིགས་པ་འདིར། །ཞེས་པ་ནས། སྟོན་བྱེད་སོགས་ཀྱི་ཞེས་པར་  
བྱ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས་ཏེ། དོན་ནི། འབྲེལ་པར། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་  
མངོན་པར་རྟགས་པ་འདི་ལ་མཉམ་པ་དང་། བྱམས་པ་དང་། ཞེས་པ་ནས། དེ་  
ལྟར་ན་ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་  
གསུངས། །འཕྲོས་ནི། རབ་འབྱོར་སྒྲན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྩོགས་པའི་  
བྱང་ཆུབ་ཏུ་འཆང་རྒྱ་བར་འདོད་པས་སེམས་ཅན་དེ་དག་གི་བྱང་དུ་གནས་  
པར་བྱ། །བྱམས་པ་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་པར་བྱ། ལྷོང་རྩེ་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་པར་བྱ།

ཞེས་པ་ནས། བདག་ཉིད་ཀྱང་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་བསྐྱེད་  
པར་བྱ། ཞེས་པའི་བར་གྱི་མདོ་ལས་འཕྲོས་སོ། །

འདིར་འགྲེལ་བར་ལམ་གྱི་གོ་རིམ་ལ་ལོག་ཏྟིག་དགག་པ་ནི། །རྣམ་པ་  
དང་ལམ་དང་གཞི་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་སྒྲོམ་པའི་དབྱེ་བས། ཞེས་པ་ནས།  
ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས། འདིའི་སྐབས་སུ་གཉིས།  
ཆིག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱུང་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་  
གྱི་སྦྱོར་ལམ་ངོད་སོགས་བཞིའི་དམིགས་པ་ཡོད་དེ། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་  
ལམ་ངོ་བ་རྣམས་གྱི་དམིགས་པ་སྐབས་འདིར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཡིན་  
པར་མདོ་ལས་བསྐྲགས་ཤིང་བཟོད་ལ་ཚུལ་རི་ལྟར་ན་སེམས་ཅན་དེ་དག་  
ཉིད་ལ་དམིགས་ནས་སེམས་མཉམ་པར་ལྟ་བ་སོགས་རྣམ་པ་དག་ནི་བཙུར་  
བཤད་པའི་བྱིར་དང་། ཅེ་མོར་གྱུར་པ་ཡང་དེ་བཞིན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
ལ་དམིགས་ནས་ཅེ་མོ་བ་བདག་ཉིད་སྒྲིག་པ་མི་དགོ་བ་བཙུལ་ས་ལྟོག་ཅིང་།  
སྦྱིན་སོགས་ལ་གནས་པའི་སྒྲོ་ནས་སེམས་ཅན་གཞན་དག་དེ་དག་ལ་ནི་  
འགོད་པ་དང་། དེ་དག་གི་བསྐྲགས་པ་བཟོད་པ་དང་མཐུན་པས་དགའ་བར་  
བྱེད་པ་ཉིད་གྱིས་དམིགས་པ་དང་། བཟོད་པ་ནི། སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་  
ནས་བདེན་པ་བཞི་ཤེས་པ་ལ་རང་གནས་ཏེ་སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་ཏེན་ཅན་  
དེ་ལ་འགོད་པ་དང་། ཆོས་མཆོག་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་



ཏེ་སེམས་ཅན་རྣམས་སྒྲིན་པར་བྱེད་པ་དང་གྲོལ་བར་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱིས་  
 དམིགས་པར་ཞེས་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར། ལམ་གསུམ་སྒྲོལ་སྒྲོང་།  
 གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་རྩོ་བ་རྣམས་  
 ཀྱི། ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་འདིར་བསྟན་པའི་སྒྲོར་ལམ་སྒྲོར་ལམ་བཏགས་  
 པ་བ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེའི་སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་སྒྲོར་  
 ལམ་སྒྲོར་ལམ་མཆན་ཉིད་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། མཆན་མེད་རབ་ཏུ་  
 སྒྱེན་ལ་སོགས། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་ཚོགས་ལམ་  
 ཚོགས་ལམ་མཆན་ཉིད་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་སྐབས་དང་པོ་གསུམ་དུ་  
 སྒྲོར་མཐོང་སྒྲོལ་གསུམ་བསྟན་པ་དང་། འདིར་སྒྲོར་མཐོང་སྒྲོལ་གསུམ་  
 བསྟན་པ་ལ་སྒྲོལ་པའི་སྒྲོར་མེད་དེ། སྐབས་དང་པོ་གསུམ་ནས་བསྟན་པའི་  
 སྒྲོར་མཐོང་སྒྲོལ་གསུམ་སྒྲོར་མཐོང་སྒྲོལ་གསུམ་མཆན་ཉིད་པ་དང་། འདིར་  
 བསྟན་པའི་སྒྲོར་མཐོང་སྒྲོལ་གསུམ་དེ་བཏགས་པ་བ་ཡིན་ཟེར་ན། འོ་ན།  
 སྐབས་དང་པོ་གསུམ་དུ་བསྟན་པའི་སྒྲོར་མཐོང་སྒྲོལ་གསུམ་སྒྲོར་མཐོང་  
 སྒྲོལ་གསུམ་མཆན་ཉིད་པ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱིར་ཀྱི་དམ་བཅའ་འཐད་པའི་  
 བྱིར། འདོད་ན། དེའི་སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་སྒྲོར་མཐོང་སྒྲོལ་གསུམ་གྱི་  
 གཞི་མཐུན་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེ་གསུམ་གྱི་  
 གཞི་མཐུན་མེད་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་སྐབས་དང་པོ་དུག་ཏུ་སྒྲོར་མཐོང་སྒྲོལ་

གསུམ་ལན་དྲུག་ཏུ་བསྟན་པ་ལ་སྒྲོམ་པའི་སྒྲོན་མེད་དེ།      སྐབས་དང་པོ་  
གསུམ་གྱི་སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་སྒྲོར་ལམ་སྒྲོར་ལམ་མཆན་ཉིད་པ།  
མཐོང་ལམ་མཐོང་ལམ་མཆན་ཉིད་པ།      སྒྲོམ་ལམ་སྒྲོམ་ལམ་མཆན་ཉིད་པ་  
གང་ཞིག    སྒྲོར་བ་དང་པོ་གསུམ་གྱི་སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་སྒྲོར་ལམ་སྒྲོར་  
ལམ་བཏགས་པ་བ་སོགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།    ཕྱི་མ་དེར་ཐལ།    རྣམ་རྫོགས་  
སྒྲོར་བའི་སྐབས་སུ་ས་བརྒྱད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཚུང་འབྲིང་ཆེན་པོ་གསུམ་ལ་  
རིམ་བཞིན་དུ་སྒྲོར་མཐོང་སྒྲོམ་གསུམ་གྱི་མིང་གིས་བཏགས།    ཅེ་སྒྲོར་གྱི་  
སྐབས་སུ་ས་དགུ་པའི་ཡེ་ཤེས་དང་།    ས་བརྒྱ་པའི་དགྱིལ་སྤྲད་གྱི་ཡེ་ཤེས་  
ཚུང་འབྲིང་ཆེན་པོ་གསུམ་ལ་དེ་གསུམ་གྱི་མིང་གིས་བཏགས།    མཐར་གྱིས་  
སྒྲོར་བའི་སྐབས་སུ་ས་བརྒྱ་པའི་དགྱིལ་སྤྲད་གྱི་ཡེ་ཤེས་ཚུང་འབྲིང་ཆེན་པོ་  
གསུམ་ལ་སྒྲོར་མཐོང་སྒྲོམ་གསུམ་གྱི་མིང་གིས་བཏགས་ནས་བསྟན་པའི་  
ཕྱིར་དོ། །ཟེར་ན།    དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ།    རྣམ་རྫོགས་སྒྲོར་བ་སོགས་གྱི་  
སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་སྒྲོར་ལམ་དེ་སྒྲོར་ལམ་མཆན་ཉིད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ།    དེ་ངེས་འབྱེད་ཆ་མཐུན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།    དེར་ཐལ།    འབྲེལ་པ་ལས།  
ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པར་འབྱུང་བས།    ཞེས་གསུངས་པའི་  
ཕྱིར།    གཞན་ཡང་།    དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ།    རྣམ་རྫོགས་སྒྲོར་བ་སོགས་གྱི་  
སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་སྒྲོར་ལམ་སོགས་དེ་དག་མིན་ཀྱང་དེ་དག་གི་མིང་

གིས་བཏགས་པ་ལ་དགོས་པ་བྱད་པར་ཅན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ཐབས་  
ཤེས་གཉིས་སུ་ཕྱེ་བའི་ཐབས་ཀྱི་ཆ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་དོན་  
མངོན་རྟོགས། སྐབས་འདིར་བསྟན་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོར་ལམ་གྱི་མཆན་  
ཉིད་ཟེར་ན། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོར་ལམ་ཆོས་ཅན། མཆན་  
ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་ཕྱིར། འདོད་མི་  
རུས་ཏེ། ཐབས་ཤེས་གཉིས་སུ་ཕྱེ་བའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཆར་གཏོགས་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། ཐབས་བྱད་པར་ཅན་གྱིས་ཟིན་པའི་ཐེག་  
ཆེན་གྱི་དོན་མངོན་རྟོགས། སྐབས་འདིར་བསྟན་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོར་ལམ་  
གྱི་མཆན་ཉིད། རུས་པར་ནི་སྒྲོར་ལམ་གྱི་སྐབས་སུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །མངོན་  
པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་གྱི་སྐབས་འདིར་སྒྲོར་མཐོང་སྟོམ་གསུམ་གྱི་ཐ་སྙད་  
ལན་མང་དུ་གསུངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྟོན་པའི་སྒྲོན་དུ་འགྱུར་བར་དོགས་  
ཏེ། སྟོབ་དཔོན་ཁ་ཅིག་སྐབས་དང་པོ་གསུམ་གྱི་སྐབས་སུ་བསྟན་པའི་སྒྲོར་  
ལམ་སོགས་དེ་དག་མཆན་ཉིད་པ་ཡིན་ཀྱང་། སྒྲོར་བ་བཞིའི་སྐབས་ནས་  
བསྟན་པའི་སྒྲོར་ལམ་སོགས་དེ་དག་བཏགས་པ་བར་འདོད་ལ། རྣམ་བཤད་  
རང་ལུགས་ནི། སྐབས་དང་པོ་གསུམ་གྱི་སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་སྒྲོར་ལམ་  
སྒྲོར་ལམ་མཆན་ཉིད་པ་ཡིན་པ་སོགས་ལྟར། སྒྲོར་བ་བཞིའི་སྐབས་ནས་

བསྟན་པའི་སྒྲོར་ལམ་སྒྲོར་ལམ་མཆན་ཉིད་པ་སོགས་ཡིན་ནོ། །སྒྲོབ་དཔོན་  
གྲིས་ལམ་གསུམ་བཏགས་མཆན་པའི་ལྷགས་རང་ལྷགས་སུ་མི་བཞེད་དེ།  
དེས་སྒྲོར་བཞིའི་སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་ལམ་དེ་དང་དེ་རྣམས་ལམ་དེ་དང་  
དེ་མཆན་ཉིད་པར་བཞེད་པའི་བྱིར་རོ། །དེས་མངོན་པར་རྟོགས་པ་ལམ་ཁྱག་  
པའི་ལྷགས་སུ་བཞེད་པ་ཡིན་ཏེ།      སྐབས་དང་པོ་གསུམ་གྱི་སྐབས་ནས་  
བསྟན་པའི་སྒྲོར་ལམ་སོགས་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་གང་བྲག་དེས།      སྒྲོར་བ་  
བཞིའི་སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་སྒྲོར་ལམ་སོགས་ཉམས་སུ་ལེན་པར་བཞེད་  
པའི་བྱིར་རོ། །

༥ གསུམ་པ་ཚུད་པ་སྒྲོང་པ་ལ། ཁ་ཅིག་ན་རེ། སྒྲོབ་དཔོན་སེངྒེ་བཟང་  
པོས་ལམ་ཁྱག་པ་བའི་ལྷགས་མི་བཞེད་པར་ཐལ། དེས་མངོན་པར་རྟོགས་  
པ་ལམ་རྒྱང་བ་བའི་ལྷགས་སུ་བཞེད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། སྒྲོབ་དཔོན་གྲིས་  
སྤྱད་འགྲེལ་དུ་དེ་ལྟར་བཤད་པའི་བྱིར་ན། སྒྲོན་མེད་དེ། དེ་ནི་སྒྲོབ་དཔོན་སྤྱ་  
མའི་བཞེད་པ་བསྐྱར་བ་ཅམ་ཡིན་པའི་བྱིར།

### བྱིར་མི་ལྷོག་པའི་རྟགས།

༥ གསུམ་པ་མངོན་རྟོགས་བྱུང་པར་ཅན་རྒྱུད་ལ་སྤྱེ་བའི་རིམ་པ་  
བཤད་པ་ལ་གཉིས། བྱིར་མི་ལྷོག་པའི་རྟགས་བཤད་པ་དང་། སྤྱ་གསུམ་སྤྱབ་  
བྱེད་གྱི་ལམ་བྱུང་པར་ཅན་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། བྱིར་བསྟན་པ་

དང་། སོ་སོར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། དེས་འབྲེད་ཡན་ལག་ནས་བཟུང་  
སྟེ། །ཞེས་པ་ནས། དེ་འདྲིར་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་ཆོག་ས། །ཞེས་པའི་བར་  
གསུངས་ཏེ། དོན་ནི། འབྲེལ་བ་ལས། །དཔའ་བོ་གང་དག་དེས་པར་འབྲེད་  
པའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་བཞི། །ཞེས་པ་ནས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྟོབ་པ་  
ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་དགོ་འདུན་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས། འཕྲོས་ནི།  
རབ་འབྱོར་གྱིས་གསོལ་བ། བཅོམ་ལྡན་འདས། རྣམ་པ་གང་དག་དང་།  
ཉགས་གང་དག་དང་མཚན་མ་གང་དག་གིས་བྱང་ཆེན་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་  
དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ལས་ཕྱིར་མི་ལྟོག་ཅེས་པ་ནས། རབ་འབྱོར་  
རྣམ་པ་དེ་དག་དང་། ཉགས་དེ་དག་དང་། །མཚན་མ་དེ་དག་དང་ལྡན་པའི་  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་ནི་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་  
རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ལས་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པར་རིག་པར་བྱའོ། །ཞེས་སོགས་  
གྱི་བར་ལས་འཕྲོས་སོ། །

འདྲིའི་སྐབས་སུ་གཉིས། ཆོག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་  
ནི། །ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། སྐབས་འདྲིར་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་དགོ་འདུན་གྱི་ཆོག་ས་  
རྣམ་པ་གསུམ་ཡོད་དེ། ཐེག་ཆེན་གྱི་དེས་འབྲེད་ཡན་ལག་ལ་གནས་པའི་  
སེམས་དཔའ་དབང་རྣམ་ནས་བཟུང་སྟེ་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་བའི་ལམ་དང་  
སྟོམ་པའི་ལམ་དག་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་གང་དག་གནས་པ་དེ་དག་



རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་བྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་ན་རེ།  
ཚོགས་བྱང་ལས་བྱིར་མི་ལྡོག་པའི་སེམས་དཔའ་ཡིན་ན། བྱིར་མི་ལྡོག་པའི་  
ཉགས་ཐོབ་པའི་སེམས་དཔའ་ཡིན་པས་སྒྲུབ་ཟེར་ན། གསེར་ལྟ་བུའི་སེམས་  
བསྐྱེད་རྒྱུད་ལ་ལྡན་པའི་བྱང་སེམས་ཚོགས་ལམ་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ།  
དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་བྱིར། སྒྲུབ་སྟེ། གསེར་ལྟ་བུའི་སེམས་  
བསྐྱེད་ཀྱི་སྐྱོད་ཅིག་ཡོད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་བྱས་ཏེ། ཚོགས་ལམ་པ་  
ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། བྱིར་མི་ལྡོག་པའི་ཉགས་ཐོབ་པའི་བྱང་སེམས་  
དབང་རྒྱལ་ཡོད་ཟེར་ན། དེ་མེད་པར་ཐལ། བྱིར་མི་ལྡོག་པའི་ཉགས་ཐོབ་པའི་  
བྱང་སེམས་ཡིན་ན། བྱང་སེམས་དབང་རྣོན་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར། དེར་  
ཐལ། བྱང་སེམས་དབང་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་བྱིར་མི་ལྡོག་པའི་ཉགས་ཐོབ་  
པའི་ཆེ་བྱང་སེམས་དབང་རྣོན་དུ་འགྱུར་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། དབང་རྣོན་  
ཀྱིས་སྦྱོར་ལམ་ནས་བྱིར་མི་ལྡོག་པའི་ཉགས་ཐོབ། དབང་འབྲིང་གིས་མཐོང་  
ལམ་ནས་བྱིར་མི་ལྡོག་པའི་ཉགས་ཐོབ། དབང་རྒྱལ་གྱིས་སྒྲོམ་ལམ་ནས་  
བྱིར་མི་ལྡོག་པའི་ཉགས་ཐོབ་པར་འགྱུར་ཟེར་ན། འོ་ན། སྒྲོམ་ལམ་ནས་བྱིར་  
མི་ལྡོག་པའི་ཉགས་ཐོབ་དགོས་ཀྱི་བྱང་སེམས་དེ་དབང་རྒྱལ་ཡིན་པར་ཐལ།  
ཁྱོད་ཀྱི་དམ་བཅའ་འཐད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། དབང་རྒྱལ་མ་

ཡིན་པར་ཐལ། དབང་རྣམ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་ཡིན་པའི་  
 བྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། བྱང་སེམས་སྒྱུར་ལམ་བ་དབང་རྣམ་ཡིན་ན། སྒྱུར་ལམ་  
 ནས་བྱིར་མི་ལྡོག་པའི་རྟགས་ཐོབ་པས་བྱུང་བེར་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྱུར་ལམ་  
 གོད་ཐོབ་མ་ཐག་པའི་བྱང་སེམས་སྒྱུར་ལམ་བ་དབང་རྣམ་ཆོས་ཅན། དེར་  
 ཐལ། དེའི་བྱིར། འདོད་ན། སྒྱུར་ལམ་དེས་བྱངས་པའི་ལུས་ངག་གི་ཐ་སྙད་  
 བྱུང་པར་ཅན་དེ་ཐོབ་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་ཅིག་  
 ན་རེ། སྒྱུར་ལམ་བ་བྱིར་མི་ལྡོག་པའི་རྟགས་ཐོབ་པའི་སེམས་དཔའ་ཡིན་ན།  
 གཟུགས་སོགས་ལ་བདེན་ཞེན་མངོན་གྱུར་བ་ལྡོག་བེན་པས་བྱུང་བེར་ན། དེ་  
 མི་འཐད་པར་ཐལ། བྱིར་མི་ལྡོག་པའི་རྟགས་ཐོབ་པའི་བྱང་སེམས་སྒྱུར་ལམ་  
 པའི་རྒྱད་ལ་བདེན་འཛིན་མངོན་གྱུར་དུ་འཇུག་པ་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ།  
 དེའི་རྒྱད་ལ་བདེན་འཛིན་ལྟན་སྒྲེས་མངོན་གྱུར་དུ་འཇུག་པ་ཡོད་པའི་བྱིར།  
 དེར་ཐལ། བདེན་འཛིན་ལྟན་སྒྲེས་མངོན་གྱུར་པས་བརྒྱད་པ་ནས་སྤང་བར་  
 འཇོག་དགོས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། གཟུགས་སོགས་ལ་བདེན་ཞེན་  
 མངོན་གྱུར་ལྡོག་པ་སོགས་རྟགས་ཉི་ཤུ་དང་ལྟན་པའི་གང་ཟག་དེ། སྒྱུར་  
 ལམ་བ་བྱིར་མི་ལྡོག་པའི་རྟགས་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་གི་མཆོན་ཉིད་བེར་ན། འོ་  
 ན། དེ་འདྲའི་རྟགས་ཉི་ཤུ་པོ་ལྟན་པའི་བྱང་སེམས་མཐོང་ལམ་ས་ཆོས་ཅན།  
 མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ། མཆོན་ཉིད་དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་བྱིར།

དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་འདྲི་བྱང་སེམས་ཡིན་པ་ཞིག་  
ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་མཆོན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཏྲགས་ཁས། གཞན་  
ཡང་། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། སྒྱུར་ལམ་པ་ཕྱིར་མི་ལྡོག་པའི་ཏྲགས་ཐོབ་པའི་  
གང་ཟག་ཡིན་ན། ཏྲགས་ཉི་ཤུ་པོ་གང་རྩང་དང་ལྡན་དགོས་ཀྱང་། ཉི་ཤུ་དང་  
ལྡན་པས་མ་བྱུང་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། མཐོང་ལམ་པ་ཕྱིར་མི་ལྡོག་པའི་  
ཏྲགས་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། གཟུགས་སོགས་ལ་བདེན་ཞེན་ལྡོག་པས་  
བྱུང་བེད་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཕྱིར་མི་ལྡོག་པའི་ཏྲགས་ཐོབ་པའི་བྱང་  
སེམས་མཐོང་ལམ་པའི་རྒྱད་ལ་གཟུགས་སོགས་ལ་བདེན་ཞེན་འཇུག་པ་  
ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་ལ་བདེན་འཇིན་འཇུག་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་མཐོང་ལམ་རྗེས་ཐོབ་པའི་རྒྱད་ལ་བདེན་འཇིན་  
འཇུག་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཕྱིར་མི་ལྡོག་པའི་ཏྲགས་ཐོབ་པའི་  
བྱང་སེམས་མཐོང་ལམ་པ་ཡིན་ན། མཐོང་ལམ་པ་ཕྱིར་མི་ལྡོག་པའི་ཏྲགས་  
ཐོབ་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན། སྒྱུར་ལམ་ནས་ཕྱིར་མི་ལྡོག་པའི་  
ཏྲགས་ཐོབ་བ་སྒྲོན་དུ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་མཐོང་ལམ་པ་ཆོས་ཅན། དེར་  
ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། མཐོང་ལམ་ནས་ཕྱིར་མི་ལྡོག་པའི་ཏྲགས་གསར་  
དུ་ཐོབ་པའི་བྱང་སེམས་མཐོང་ལམ་པ་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། །འདོད་ན་སྒྲ། ཁ་  
ཅིག་ན་རེ། མཐོང་ལམ་པ་ཕྱིར་མི་ལྡོག་པའི་ཏྲགས་ཐོབ་པའི་བྱང་སེམས་

མཐོང་ལམ་པ་ཡིན་ན། མཐོང་ལམ་གྱི་རྟགས་བཙུ་བྱུག་དང་ལྡན་པས་བྱུང་  
 ཟེར་ན། འོ་ན། སྒྲོར་ལམ་པ་ཕྱིར་མི་ལྡོག་པའི་རྟགས་ཐོབ་པའི་བྱང་སེམས་  
 སྒྲོར་ལམ་པ་ཡིན་ན། སྒྲོར་ལམ་གྱི་རྟགས་ཉི་ཤུ་དང་ལྡན་པས་བྱུང་པར་ཐལ།  
 དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། སྒྲོར་ལམ་རྫོད་ཀྱི་གནས་  
 སྐབས་སུ་ཕྱིར་མི་ལྡོག་པའི་རྟགས་བཙུ་གཅིག་ཐོབ་ཀྱང་གཞན་མ་ཐོབ་པ་  
 ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་བཤད་ལས། རྫོད་ལ་གནས་པའི་རྟགས་རྣམ་  
 པ་བཙུ་གཅིག་དང་། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། རྫོགས་བྱང་  
 ལས་ཕྱིར་མི་ལྡོག་གི་གང་ཟག་ཡིན་ན། སེམས་ཅན་ཡིན་པས་བྱུང་ཟེར་ན།  
 སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། རྟགས་གསལ་སྒྲ།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། ཕྱིར་མི་ལྡོག་པའི་དོན་དང་། དེ་རྟགས་  
 ཡང་དག་གིས་དཔོག་ཚུལ་གཉིས། དང་པོ་ནི། ཐེག་དམན་གྱི་ལམ་གཞན་  
 གྱིས་བར་མ་ཆོད་པར་སྒྲ་མེད་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་ངེས་པར་འགྱུར་རུང་  
 དེ་དེ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ནི། གཟུགས་སོགས་བདེན་ཞེན་མདོན་འགྱུར་པ་ཅི་  
 རིགས་སྒྲོག་ཅིང་། སེམས་ཅན་གཞན་སྒྲུག་བསྐྱལ་གྱིས་མནར་བ་མཐོང་བའི་  
 ཆེ་ལུས་ཀྱི་བ་སྒྲུག་ཡོ་ཞིང་མིག་ནས་མཆི་མ་འབྱུག་པ་སོགས་ལུས་ཀྱི་ཐ་  
 སྙད་བྱུང་པར་ཅན་དང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་འབྲས་བུ་དང་བཅས་པ་  
 རྫོགས་པར་བསྟན་རུས་པའི་ངག་གི་ཐ་སྙད་བྱུང་པར་ཅན་འབྲུལ་མེད་བརྟན་

པོ་གཉིས་པོ་གང་རུང་ལྟན་པའི་བྱང་སེམས་སྒྲོར་ལམ་པ་ཆོས་ཅན། སྤྲེལ་མེད་  
ཚོགས་པའི་བྱང་ཚུབ་ལས་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པ་ཡིན་ཏེ། ཐབས་ཤེས་ཀྱི་རྟོགས་  
པ་བརྟན་པོ་དེ་གཉིས་དང་ལྟན་པའི་སེམས་དཔའ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་  
དཔོག་གོ། །དེ་ལྟར་དཔོག་པ་དེ། རང་བཞིན་གྱི་རྟོགས་ཡང་དག་གི་དཔོག་  
ཚུལ་ཡིན་ཏེ། འདིའི་ཐད་ཀྱི་རྣམ་བཤད་དུ་བྲངས་པ་ལས། གཟུང་པར་བྱའོ་  
ཞེས་བྱ་བ་ནི། རུས་པའི་རྒྱ་ཡི་འབྲས་སྦྱེ་བར། །རྗེས་སུ་དཔོག་པ་གང་ཡིན་  
པ། །དོན་གཞན་ལ་ནི་མི་ལྟོས་ཕྱིར། །དེ་ནི་རང་བཞིན་ཡིན་པར་བརྗོད། །  
ཅེས་བྱ་བའི་ཚུལ་གྱིས་དཔོག་པར་གསུངས་པས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་  
ཕྱིར། དེས་ན་རྣམ་བཤད་ལྟར་ན། དཔོག་ཚུལ་དེ། ཚུལ་གསུམ་ངེས་པའི་  
རྟོགས་ཀྱི་དཔོག་ཚུལ་ཡིན་ཀྱང་། གསེར་འབྲེང་ལྟར་ན་ནི། དེ་ཚུལ་གསུམ་  
ཆད་མས་ངེས་པའི་རྟོགས་ཡང་དག་ཏུ་མི་བཞེད་དོ། །

༥ གསུམ་པ་ཅོད་པ་སྒྲོང་པ་ལ། ཁ་ཅིག་ ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་རྟོགས་ཐོབ་  
པའི་བྱང་སེམས་ཚོགས་ལམ་པ་མེད་པར་ཐལ། །སྤོང་གི་དམ་བཅའ་འཐད་  
པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་རྒྱ་མཆན་ཡང་དག་  
ཐོབ་པའི་བྱང་སེམས་ཚོགས་ལམ་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། ཁ་ཅིག་ མ་  
གུབ་གསུང་ཡང་། མ་ཐུབ། མ་གུབ་ན། དེར་ཐལ། མདོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་ཆེད་  
དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་ཚོགས་ལམ་པའི་རྒྱ་ལ་ཕྱིར་མི་ལྟོག་གི་རྒྱ་མཆན་



ཡང་དག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་ལ་དེ་རྫོགས་བྱང་ལས་ཕྱིར་མི་  
 ལྟོག་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་རྫོགས་བྱང་ལས་ཕྱིར་མི་  
 ལྟོག་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་རྫོགས་བྱང་ལས་  
 ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། བྱམ་སྟེ། དེ་རྫོགས་བྱང་ལས་  
 ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་རྒྱ་མཚན་ལྟར་སྤང་ལ་བརྟེན་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་  
 ཐལ། དེ་རྫོགས་བྱང་ལས་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པ་དེ་ལྷང་དང་རིགས་པ་ཡང་དག་ལ་  
 བརྟེན་ནས་སྐབ་རྒྱས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། བྱང་སེམས་དབང་རྣམ་ཡིན་  
 བ། སྦྱོར་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་རྟགས་ཐོབ་རྒྱས་པ་  
 ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། བྱང་སེམས་དབང་རྣམ་རྣམས་ཀྱིས་སྦྱོར་ལམ་ནས་  
 ཕྱིར་མི་ལྟོག་གི་རྟགས་ཐོབ་རྒྱས་པ་དང་། དེ་དབང་འབྲིང་རྣམས་ཀྱིས་མཐོང་  
 ལམ་ནས་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་རྟགས་ཐོབ་རྒྱས་པ་དང་། དེ་དབང་རྟལ་རྣམས་  
 ཀྱིས་སྒྲོམ་ལམ་ནས་ཕྱིར་མི་ལྟོག་གི་རྟགས་ཐོབ་རྒྱས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 སྦྱོར་ལམ་ནས་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་རྟགས་ཐོབ་རྒྱས་པའི་བྱང་སེམས་ལ་བྱང་  
 སེམས་དབང་རྣམ་དང་། དེ་ནས་མི་རྒྱས་པར་མཐོང་ལམ་ནས་ཕྱིར་མི་ལྟོག་  
 པའི་རྟགས་ཐོབ་རྒྱས་པ་ལ། བྱང་སེམས་དབང་འབྲིང་དང་། དེ་ནས་ཀྱང་མི་  
 རྒྱས་པར་སྒྲོམ་ལམ་ནས་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་རྟགས་ཐོབ་རྒྱས་པའི་བྱང་  
 སེམས་ལ་བྱང་སེམས་དབང་རྟལ་ཏུ་བཞག་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་བྲལ།

འདོད་ན། སྒོམ་ལམ་ནས་ཕྱིར་མི་ལྡོག་པའི་རྟགས་ཐོབ་པའི་བྱང་སེམས་  
ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སྒྲར་སྒྲུར་ལམ་དུ་འཇུག་ཀྱས་  
པར་ཐལ་ལོ། །ཁ་ཅིག་ ཕྱིར་མི་ལྡོག་པའི་རྟགས་ཐོབ་པའི་བྱང་སེམས་མཐོང་  
ལམ་པ་ཡིན་ན། མཐོང་ལམ་ནས་ཕྱིར་མི་ལྡོག་པའི་རྟགས་ཐོབ་པས་བྱུང་  
པར་ཐལ། ཕྱིར་མི་ལྡོག་པའི་རྟགས་ཐོབ་པའི་བྱང་སེམས་སྒྲུར་ལམ་པ་ཡིན་  
ན། སྒྲུར་ལམ་ནས་ཕྱིར་མི་ལྡོག་པའི་རྟགས་ཐོབ་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན།  
མ་བྱུང་། མ་བྱུང་ན་དེར་ཐལ། ཆོག་ལམ་ནས་ཕྱིར་མི་ལྡོག་པའི་རྟགས་ཐོབ་  
པའི་བྱང་སེམས་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོག་གསལ་ལས། རང་གི་རྟགས་  
པ་དང་འཆམ་པར་གཞན་ཡིད་ཆེས་པར་བྱེད་པའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་འདི་ལ་  
མེད་པས་ན། དེའི་ཕྱིར་དང་། རང་ལ་དངོས་པོ་དེས་ཀྱང་། དེས་པར་འབྱེད་  
པའི་རྟགས་གཟུང་སྒྲ་བ་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར་ཐ་སྙད་གདགས་པའི་གཞིར་མ་  
གྱུར་པས་ན། འདི་ཕྱིར་མི་ལྡོག་པའོ་ཞེས་གང་དུ་ཡང་མ་གསུངས་ཏེ། ཞེས་  
གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། རྫོད་ཕྱིར་མི་ལྡོག་པའི་རྟགས་ཐོབ་པའི་  
བྱང་སེམས་སྒྲུར་ལམ་པ་ཡིན་ན། རྫོད་ལ་གནས་པའི་བྱང་སེམས་ཡིན་པས་  
བྱུང་པར་ཐལ། ཆོས་མཆོག་ཕྱིར་མི་ལྡོག་པའི་རྟགས་ཐོབ་པའི་སྒྲུར་ལམ་པ་  
ཡིན་ན། སྒྲུར་ལམ་ཆོས་མཆོག་པ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་བྱུང་།  
ཡང་། ཕྱིར་མི་ལྡོག་པའི་རྟགས་ཐོབ་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲུར་ལམ་ཆོས་མཆོག་

པ་ཡིན་ན། ཚེས་མཆོག་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་རྟགས་ཐོབ་པས་བྱབ་པར་ཐལ།  
 ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་རྟགས་ཐོབ་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོར་ལམ་རྫོང་ལ་གནས་པའི་  
 སེམས་དཔའ་ཡིན་ན། རྫོང་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་རྟགས་ཐོབ་པས་བྱབ་པའི་ཕྱིར་  
 ན། མ་བྱུང་། ཁ་ཅིག་ན་རེ། སྒྲོམ་ལམ་པ་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་རྟགས་གསར་དུ་  
 ཐོབ་པའི་ཆེ་ས་བརྒྱད་པ་ནས་ངེས་པར་ཐོབ་དགོས་པར་ཐལ། དེ་ནས་ཕྱིར་  
 མི་ལྟོག་པའི་རྟགས་གསར་དུ་ཐོབ་པའི་བྱང་སེམས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན།  
 མ་བྱུང་། འདོད་མི་རུས་ཏེ། མ་དག་ས་བདུན་ནས་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་རྟགས་  
 ཐོབ་པའི་བྱང་སེམས་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་སོ་སོར་བཤད་པ་ལ་གསུམ། སྒྲོར་ལམ་པ་ཕྱིར་མི་ལྟོག་  
 པའི་རྟགས། མཐོང་ལམ་པ་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་རྟགས། སྒྲོམ་ལམ་པ་ཕྱིར་མི་  
 ལྟོག་པའི་རྟགས་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། གཟུགས་ལ་སོགས་ལས་ལྟོག་  
 སོགས་རྟགས། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་རྒྱུ་པ་བཞེས་མདོར་བསྟན་ནས། གཟུགས་  
 ལ་སོགས་ལས་ལྟོག་པ་དང་། །ཞེས་པ་ནས། རྩོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ལས་མི་  
 ལྟོག་པའི་བར་ཆེ་གས་བཅད་དུག་གིས་བརྒྱད་པར་བཤད་དེ། དང་པོའི་  
 དོན། འགྲེལ་པར། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལས་ལྟོག་པ་དང་། །ཞེས་སོགས་  
 གསུང་། གཉིས་པའི་དོན་ནི། རོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་གཟུགས་ལ་སོགས་  
 པའི་ཚེས་ལྟོག་པ་དང་། །ཞེས་པ་ནས། རྟགས་ཉི་ཤུ་པོ་འདི་དག་གིས་ཤེས་

པར་བྱེན། །ཞེས་པའི་པར་གསུང་། འཕྲོས་ནི། རབ་འབྱོར་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་ནམ་གང་ག་ཟུགས་ལས་ལྡོག་པ་དང་། ཞེས་པ་  
ནས། ཞེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱེན་པ་དང་ལྡན་པའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་འདི་དག་  
གིས་སྤྱོད་པ་དེ་ནི་སྤྱི་ན་པའི་པ་རོལ་ཏུ་བྱེན་པ་ལས་ཡོངས་སུ་མི་ཉམས་པ་  
སོགས་ཀྱི་པར་ལས་འཕྲོས་སོ། །

འདིའི་སྐབས་སུ། ཚིག་དོན་ནི། ཞེས་བྱ་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་གྱི་ངས་  
འབྱེད་ཡན་ལག་བཞི་ལ་གནས་པའི་དག་འདུན་གྱི་སྤྱིར་མི་ལྡོག་པའི་མཆན་  
ཉིད་དམ། ཉགས་ཡོད་དེ། འཆད་པར་འགྱུར་པ་ག་ཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལས་  
བདེན་ཞེན་མངོན་གྱུར་པ་ལྡོག་པ་སོགས་ཉགས་ནམ་པ་ཉི་ཤུར་བརྗོད་པ་  
འདི་ཡིས་ནི་དེ་ནམས་སྤྱིར་མི་ལྡོག་པར་ཞེས་པར་བྱ་བ་ཡིན་པར་ཞེས་པ་ནི་  
མདོར་བསྟན་གྱི་དོན་དང་། རྒྱས་བཤད་གྱི་དོན་ལ། བཞི་ལས། དང་པོ་ནི།  
བྱོད་གྱི་ཉགས་བཅུ་གཅིག་ཡོད་དེ། ག་ཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ལ་བདེན་  
ཞེན་མངོན་གྱུར་པ་ཅི་རིགས་ལས་ལྡོག་པ་དང་། སྐབས་གནས་ཡང་དག་ལ་  
དེ་ཡིན་མིན་གྱི་ཐེ་ཆོམ་མངོན་གྱུར་པ་བྱད་པ་དང་། དལ་བ་དང་མི་ལྡན་པའི་  
མི་དལ་བ་མི་ཁོམ་པ་བརྒྱད་དུ་སྦྱེ་བ་བྱད་པ་དང་། བདག་ཉིད་སྤྱིན་སོགས་  
དག་བ་ལ་གནས་ཤིང་། སེམས་ཅན་གཞན་དག་དེ་ལ་འགོད་པར་བྱེད་པའི་  
སྤྱོད་པ་དང་། སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་རྟེན་ཅན་སྤྱིན་སོགས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ལ་

ཡོངས་སྒྲིད་པར་གྱུར་ཅིག་པའི་བསྐྱོད་པ་དང་། སྟོང་ཉིད་ཟབ་མའི་དོན་ལའང་  
 སོམ་ཉི་མེད་པ་དང་བྱམས་པའི་སེམས་ཀྱི་ལྷས་སོགས་ཏེ། དག་དང་ཡིད་ཀྱི་  
 ལས་དང་ལྡན་པ་དང་། འདོད་པ་ལ་འདུན་པ་གཞི་དེ་སེམས་གཉིད་མཁུགས་  
 གཉིས་འཕྲོ་ཁྲོད་གཉིས་ཐེ་ཚོམ་ཉོན་མོངས་ཅན་ཏེ་སྒྲིབ་པ་ནི་རྣམ་པ་ལྟ་དང་  
 མི་འགྲོགས་པ་དང་། མ་རིག་པ་དང་ལྟ་བ་ངན་པའི་བག་ལ་ཉལ་ཀྱན་འཛོམས་  
 པར་བྱེད་རྒྱས་པའི་རྒྱས་པ་མཐུ་ཆེན་དང་ལྡན་པ་དང་། སྒྲིད་ལམ་ཐམས་  
 ཅད་དུ་ངན་པ་དང་ནི་ཤེས་བཞིན་དང་ལྡན་པ་དང་། གོས་ལ་སོགས་པ་  
 ཡོངས་སུ་སྒྲིད་པ་གཙང་བ་ཞེས་བྱ་བ་དང་བཙུ་གཉིས་ཡོད་པའི་བྱིར།  
 གཉིས་པ་ཅེ་མའི་རྟོགས་དུག་ཡོད་དེ། སྒྲིབ་ལམ་པ་དེའི་ལྷས་ལ་སྒྲིབ་བྱའི་  
 རིགས་བརྒྱད་ཁྲི་རྣམས་མི་འབྱུང་བ་དང་། རང་དོན་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་སེམས་བྱ་  
 བྱ་མེད་པ་དང་། དུག་དར་ཁྲོད་པ་སོགས་སྒྱུངས་པའི་ཡོན་ཏན་བཙུ་གཉིས་  
 ནི་ལེན་པ་དང་། སྒྲིབ་སོགས་ལ་སྒྲིད་པའི་ཆེ་སེར་སྒྲ་མེད་པ་སོགས་དང་  
 ལྡན་པ་དང་། སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་དང་མི་འགལ་བར་ཤེར་བྱིན་གྱི་རྣལ་  
 འབྱོར་དང་ལྡན་པར་འགྲོ་བ་ཉིད་དང་། སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་དོན་དུ་དཔྱལ་  
 བར་འགྲོ་བ་འཆོལ་བའམ་འདོད་པ་དང་དུག་ཡོད་པའི་བྱིར། གསུམ་པ་བཟོད་  
 པའི་རྟོགས་གཉིས་ཡོད་དེ། སྟོན་པ་གཞན་གྱིས་ལམ་ངན་པ་གཞན་ལ་བགྱི་  
 བར་མི་བརྟུབ་པ་དང་། མི་ལྟ་བུ་སྟོན་པ་སོགས་ལམ་ལྟར་བཅོས་པའི་ལམ་



གཞན་ཉི་ལར་སྟོན་པའི་བདུད་ལ་བདུད་ཉིད་ཅེས་བྱ་བར་རྟོགས་པ་དང་  
གཉིས་ཡོད་པའི་བྱིར། བཞི་པ་ཆོས་མཆོག་གི་རྟགས་གཅིག་ཡོད་དེ། སྒོ་  
གསུམ་གྱི་སྟོན་པ་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་དགོས་པའི་སྟོན་པ་ཞེས་བྱ་བ་  
ཐོབ་པ་གཅིག་དང་ལྡན་པའི་བྱིར། རོན་བསྐྱ་བ་ནི། ཞེས་བྱ་ཆོས་ཅན། སྒར་  
བཤད་པའི་རྟགས་ནི་ཉི་ཤུ་པོ་འདི་དག་གིས་བྱང་སེམས་སྟོར་ལམ་པ་དབང་  
ཚོན་རྫོགས་བྱང་ལས་བྱིར་མི་ལྟོག་པར་ཞེས་པར་བྱ་སྟེ། རོད་ལ་གནས་པའི་  
རྟགས་བཅུ་གཅིག་དང་། ཅེ་མོའི་རྟགས་བྱུག་དང་། བཅོད་པ་དང་བཅས་པ་སྟེ་  
དེའི་རྟགས་གཉིས་དང་། ཆོས་མཆོག་རྣམས་ལ་གནས་པའི་རྟགས་ནི་གཅིག་  
སྟེ་དེ་དག་གིས་བྱང་སེམས་དེ་རྣམས་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ལས་བྱིར་མི་  
ལྟོག་པར་གོ་བར་འགྱུར་བའི་བྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐོང་ལམ་པ་བྱིར་མི་ལྟོག་པའི་རྟགས་བཤད་པ་ནི། མཐོང་  
བའི་ལམ་ལ་བཅོད་པ་དང་། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་རྟེན་པ་བཞིས་མདོར་བསྟན་  
ནས། རྒྱས་པར་འཆད་པ་ལ། གཟུགས་སོགས་འདུ་ཞེས་ལྟོག་པ་དང་། །ཞེས་  
པ་ནས། བྱིར་མི་ལྟོག་པའི་རྟགས་དག་ཡིན། །ཞེས་པའི་བར་ཆིགས་བཅད་  
ལྟ་གསུངས་ཏེ། དང་པོའི་དོན་ནི། འགྲེལ་པར། སྤྱག་བསྐྱལ་ལ་སོགས་པའི་  
བདེན་པའི་སྒྲིན་ས། ཞེས་སོགས་གསུང་། གཉིས་པའི་དོན་ནི། རང་གི་མཆོན་  
ཉིད་ཀྱིས་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་སྤྱོད་པ་ལས་ལྟོག་པ་དང་། ཞེས་

པ་ནས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་མཐོང་བའི་ལམ་ལ་གནས་པའི་ཕྱིར་མི་ལྟོག་  
པའི་མཆོན་ཉིད་དག་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས། འཕྲོས་ནི། དེ་ནི་  
གཟུགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་ལས་ཕྱིར་མི་ལྟོག་གོ། །ཞེས་སོགས་དང་། ཕྱིར་མི་  
ལྟོག་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་ནི་སྒྲ་ན་མེད་པའི་  
བྱང་ཆུབ་ཡིན་ལ་བྱད་པ་དང་ལྡན་ཏེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་མི་འབྲལ་ཞིང་  
གཟུགས་སྒྱུར་ལེན་པ་མ་ཡིན། ཞེས་སོགས་དང་། དེ་སྦྱིན་པའི་པ་རོལ་ཏུ་  
ཕྱིན་པ་ལ་སྦྱོད་ཅིང་སེར་སྒྲའི་གཏམ་གྱི་སྦྱོར་བ་དང་རྗེས་སུ་སྦྱོར་བ་ལ་  
བཙོན་པར་མི་གནས་སོ། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་མདོ་ལས་འཕྲོས་སོ།

༥ འདིའི་སྐབས་སུ་གཉིས། ཆོག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱུང་པའོ། །དང་  
པོ་ནི། བྱང་སེམས་མཐོང་ལམ་པ་དབང་འབྲིང་གི་རྒྱད་ཀྱི་མཐོང་ལམ་ལ་  
བཟོད་པ་དང་ཤེས་པའི་སྐད་ཅིག་མ་བཅུ་དྲུག་གིས་བསྐྱས་པའི་ཆང་  
གཏོགས་ཐབས་ཤེས་བྱད་པར་ཅན་དང་བཅུ་དྲུག་པོ་དེས་བྲངས་པའི་ལུས་  
ངག་གི་ཐ་སྙད་བྱད་པར་ཅན་འབྲལ་མེད་བརྟན་པོ་གཉིས་ནི་ཆོས་ཅན། བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་དབང་འབྲིང་མཐོང་ལམ་པ་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་མཆོན་ཉིད་  
དེ་རྟགས་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། དེ་སྒྲུབ་ཀྱི་ཚུལ་གསུམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
ཞེས་པ་ནི་མདོར་བསྟན་གྱི་དོན་དང་། རྒྱས་བཤད་བདེན་བཞི་ལ་དམིགས་  
པའི་སྒྲོན་ས་བཞག་པ་ནི། མཐོང་ལམ་པ་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་རྟགས་བཅུ་དྲུག་

ཡོད་དེ། ཞེས་བཅོད་སྐད་ཅིག་མ་བཅུ་དྲུག་གི་མིང་ཅན་མཐོང་ལམ་བའི་  
ལུས་ངག་གི་ཐ་སྙད་བྱང་པར་གཟུགས་སོགས་ལ་བདེན་པར་འདུ་ཞེས་བ་  
ཀྱན་བཏགས་ལྟོག་པ་དང་། ཀྱན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
བརྟན་པ་དང་། ཐེག་པ་དམན་པའི་སེམས་དག་ལས་རྣམ་པར་ལྟོག་པ་དང་།  
བསམ་གཏན་ལ་སོགས་ཏེ་གཟུགས་མེད་ཀྱི་སྟོམས་འཇུག་གི་དབང་གིས་  
དབང་མེད་དུ་སྐྱེ་བའི་རྒྱའི་རྒྱས་པའི་ཡན་ལག་ཡོངས་སུ་བད་པ་དང་བཞི་ནི་  
སྤྱག་བསྐུལ་བདེན་པ་ལ་དམིགས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་དང་། ལུས་སེམས་ཡང་  
བ་ཞིན་ཏུ་སྐྱེངས་པའི་བདེ་བ་བྱང་པར་ཅན་དང་ལྡན་པ་ཉིད་དང་། འདོད་པ་  
ལ་ཞེན་པ་མེད་པར་འདོད་པ་ལ་སྦྱོད་པ་ལ་ཐབས་མཁས་པ་དང་རྟག་ཏུ་  
ཆངས་པར་སྦྱོད་པ་ཉིད་དང་། འཆེ་བའི་ཡོ་བྱད་རྣམ་པར་དག་པ་ཉིད་དང་  
བཞི་ནི་ཀྱན་འབྱུང་བདེན་པ་ལ་བརྟེན་པའི་རྣམ་པ་ཅན་དང་། སྤང་པོ་ལ་  
སོགས་པ་སྟེ་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་ལ་དང་པོར་བདེན་པར་ཞེན་པ་དང་རྗེས་  
སུ་བདེན་པར་ཞེན་པའི་སྦྱོར་བ་བཀག་པ་དང་། བར་ཆད་བྱེད་པའི་མི་མཐུན་  
ཕྱོགས་རྣམས་ལ་སྤར་བཞིན་བདེན་པར་སྦྱོར་བ་བཀག་པ་དང་། སྦྱིན་  
སོགས་ཀྱི་ཆོགས་ལ་སྤར་བཞིན་བདེན་པར་སྦྱོར་བ་བཀག་པ་དང་། མིག་  
གི་དབང་པོ་སོགས་ཏེ་དབང་རྟོན་གྲོང་ཁྲོལ་གྱི་སྤྱས་བསྟན་པ་དང་། དབང་  
ཡུལ་གྲོང་རྒྱལ་གྱི་སྤྱས་བསྟན་པ་སོགས་དང་བཅས་པ་ཡི་ཡུལ་ཡུལ་ཅན་ལ་

སྤང་གཉེན་གྱི་གཡུལ་འབྱེད་པ་ལ་སྤྲ་མ་བཞིན་དུ་དང་པོར་བདེན་པར་ཞེན་  
 པའི་སྒྲོར་བ་དང་། ཕྱིས་བདེན་པར་ཞེན་པའི་སྒྲོར་བའི་གནས་པ་བཀག་པ་  
 དང་བཞི་ནི་འགོག་པ་ལ་བཏེན་པའི་རྣམ་པ་ཅན་དང་། སྤང་བྱ་སེར་སྤྲ་དང་  
 འཆལ་བའི་ཚུལ་བྲིམས་ལ་སོགས་པ་ལ་དང་པོ་ཉིད་དུ་བདེན་པར་ཞེན་པའི་  
 སྒྲོར་བ་དང་དེར་ཕྱིས་བདེན་པར་ཞེན་པའི་རྩེ་ས་སུ་སྒྲོར་བ་ཡི་གནས་པ་སོ་  
 སོར་བཀག་པ་དང་ལྡན་པ་དང་། ལམ་དང་འབྲས་བུའི་ཆོས་ནི་དོན་དམ་པར་  
 རུལ་ཅམ་ཡང་མི་དམིགས་པ་ཉིད་དང་ལྡན་པ་དང་། བྱང་སེམས་རང་གི་ས་  
 ལ་ཐེ་ཆོམ་དང་བྲལ་བར་གནས་པ་ངེས་པ་ཉིད་ཀྱིས་མཐུན་གསུམ་གྱི་བདག་  
 ཉིད་རང་གིས་ཐོབ་པའི་ས་གསུམ་ལ་ནི་གནས་པ་དང་ལྡན་པ་དང་། རྣམ་  
 མཐུན་སོགས་ཐོབ་བུའི་ཆོས་ཀྱི་དོན་དུ་སྟོག་གཏོང་བ་ལ་སེར་སྤྲ་དང་སྒྲུག་  
 བསྐལ་སོགས་མི་འབྱུང་བ་དང་ལྡན་པ་བཞི་ནི། ལམ་བདེན་ལ་དམིགས་པའི་  
 ཡུལ་ཅན་གྱི་རྣམ་པ་སྟེ། མདོར་ན་དེ་འདྲ་བའི་སྐད་ཅིག་མ་བཙུ་བྱུག་པོ་ནི་སྟོ་  
 ལྡན་བྱང་སེམས་མཐོང་ལམ་པའི་ལམ་ལ་གནས་པ་དེ་རྣམས་ཀྱི་ཕྱིར་མི་  
 སྟོག་པའི་རྟགས་དག་ཡིན་པའི་བྱིང་།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ། དགག་གཞག་སྤང་གསུམ་ལས། དང་  
 པོ་ལ། ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་ཤེས་བཟོད་སྐད་ཅིག་མ་བཙུ་  
 བྱུག་པོ་དེ་མཐོང་ལམ་པ་ཕྱིར་མི་སྟོག་པའི་རྟགས་ཡིན་ཟེར་ན། འོ་ན། བྱང་

སེམས་མཐོང་ལམ་རྗེས་ཐོབ་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། མཐོང་ལམ་པ་  
ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་རྟགས་ཐོབ་ཟིན་པས་བྱུང་བར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་  
གྱི་མཐོང་ལམ་ཞེས་བཟོད་སྐད་ཅིག་མ་བཅུ་དུག པོ་ཐོབ་པས་བྱུང་བ་གང་  
ཞིག །དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོམ་ལམ་  
ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་རྟགས་ཐོབ་དགོས་ཀྱི་སེམས་དཔའ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། གཞན་  
ཡང་། དེ་དག་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་རྟགས་ཡང་དག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་  
འདོད་པ་འབྲེལ་བ་དང་རྣམ་བཤད་གཉིས་ཀ་ལས་བཀག་པའི་ཕྱིར། དེར་  
ཐལ། ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་རྟགས་ཡིན་ན། རང་རྒྱུད་ལ་ལྟན་པའི་གང་ཟག་ལས་  
རྟགས་པ་དམའ་བས་མངོན་སུམ་གྱིས་ངེས་རུས་པས་བྱུང་བ་གང་ཞིག ཐེག་  
ཆེན་གྱི་ཞེས་བཟོད་སྐད་ཅིག་མ་བཅུ་དུག པོ་དེ་དེ་ལྟར་མི་རུས་པའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། འབྲེལ་བ་ལས། སྐད་ཅིག་མ་རྣམས་ཇི་ལྟར་གཞན་ཡིད་ཆེས་པར་  
བྱེད་པའི་མཆོན་ཉིད་དག་ཡིན། ཞེས་པ་དང་། རྣམ་བཤད་ལས་ཀྱང་། སྐད་  
ཅིག་མ་རྣམས་ཆོས་ཅན། ཇི་ལྟར་རང་ལས་སློང་མའ་བའི་གང་ཟག་གཞན་གྱི་  
སློང་ར་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་རྒྱ་ཡིད་ཆེས་པར་བྱེད་པའི་མཆོན་ཉིད་འབྲས་  
རྟགས་ཡང་དག་ཏུ་མི་རུང་བར་ཐལ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ།  
སྟོག་གི་དབང་པོ་ཡིན་ན། རྫོད་ཀྱི་རྟོན་བྱེད་པས་བྱུང་བར་ན། གཟུགས་མེད་  
ཁམས་པའི་སྟོག་དབང་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ།



གཟུགས་མེད་ཁམས་ན་རྫོད་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གཟུགས་མེད་ཁམས་  
 ན་གཟུགས་མེད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་དབང་པོ་ཡིན་ན། ཉོན་མོངས་ཕྱོགས་ཀྱི་  
 དབང་པོ་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་  
 ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཀུན་ཤེས་བྱེད་པའི་དབང་པོ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། རྣམ་བྱང་ཕྱོགས་ཀྱི་ཟག་མེད་ཀྱི་དབང་པོ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བར་ཆད་མེད་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། མིག་  
 གི་དབང་པོ་ཡིན་ན། ཉོན་མོངས་ཕྱོགས་ཀྱི་དབང་པོ་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན།  
 ལྟོན་པ་ཤུག་ཐུབ་པའི་མིག་གི་དབང་པོ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་  
 ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེའི་མིག་ཡོད་  
 པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཟག་བཅས་ཀྱི་ཕྱོགས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར།  
 འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཟག་མེད་ཀྱི་ཆོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ སོ་མའི་དབང་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན་ཟག་བཅས་ཀྱི་  
 དབང་པོ་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན། ལྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་འདོམས་ཀྱི་སོ་དབང་  
 ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སོ་དབང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་  
 ཐལ། ལྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ལ་སོ་དབང་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འདོམས་ཀྱི་  
 སྒྲ་པ་སྒྲུབས་སྒྲུ་རུས་པའི་མཆོག་ །ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་  
 སོ། །ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཆོར་བའི་དབང་པོ་ཡིན་ན། ཟག་བཅས་ཀྱི་དབང་པོ་ཡིན་

པས་བྱུང་བའི་ན།      སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་  
འཁོར་དུ་གྱུར་པའི་ཚོར་བའི་དབང་པོ་ཚོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་  
མི་རྒྱས་ཏེ། ཟག་མེད་ཀྱི་དབང་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གྱུན་ཤེས་ལྡན་  
པའི་དབང་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དག་བཅོམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཟག་མེད་  
ཀྱི་དབང་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། འཕྲོས་ནི། ཚོགས་དང་དབང་སོགས་  
བཅས་པ་ཡི། །ཞེས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་དབང་པོའི་རྣམ་བཞག་ལ། དབང་པོ་  
ཉིད་གཉིས་ཡོད་དེ། མིག་གི་དབང་པོ་ནས་ཡིད་ཀྱི་དབང་པོའི་བར་དུ་ག་དང་།  
པོ་མའི་དབང་པོ་གཉིས། སྒོག་གི་དབང་པོ། ཚོར་བའི་དབང་པོ་ལྷ། དང་  
སོགས་དབང་པོ་ལྷ། མི་ཤེས་པ་གྱུན་ཤེས་པར་བྱེད་པའི་དབང་པོ། །གྱུན་  
ཤེས་པའི་དབང་པོ། གྱུན་ཤེས་ལྡན་པའི་དབང་པོ་རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
དེར་གངས་ངེས་པ་ཡང་ཡིན་ཏེ། འཁོར་བར་འཇུག་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་  
མིག་སོགས་དབང་པོ་དུ་ག། དེར་སྐྱེ་བའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་པོ་མའི་དབང་པོ་  
གཉིས། གནས་པ་ལ་སྒོག་དབང་། བདེ་སྤྱུག་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པར་ཚོར་བའི་  
དབང་པོ་ལྷ་བཞག། །རྣམ་བྱང་སྒྲོགས་སུ་འཇུག་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་དང་  
སོགས་དབང་པོ་ལྷ། དེར་སྐྱེ་བ་ལ་མི་ཤེས་པ་གྱུན་ཤེས་པར་བྱེད་པའི་དབང་  
པོ། དེར་གནས་པར་གྱུན་ཤེས་པའི་དབང་པོ། དེར་ལོངས་སྤྱོད་པར་གྱུན་

ཤེས་ལྡན་པའི་དབང་པོ་བཞག་པའི་ཕྱིར།

༥ གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྒྲོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་སློག་གི་དབང་པོ་ཡིན་ན། རྫོང་གི་རྟེན་བྱེད་པས་བྱབ་པར་ཐལ། སློག་ཡིན་ན། དབྱུགས་ཀྱི་རྒྱ་བ་ཡིན་པས་བྱབ་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བསྐྱ་བ་ལས། དེ་ལ་སློག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་དབྱུགས་ཀྱི་རྒྱ་བ་སྟེ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་ན། མ་བྱབ་སྟེ། དེ་ནི་དབྱུགས་ལྡན་ཀྱི་དབྱུགས་ཀྱི་རྒྱ་བ་ལ་གནས་ན་སློག་གནས་དགོས་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། བློ་སློགས་དབང་པོ་བྱུག་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན། ཉོན་མོངས་སློགས་ཀྱི་དབང་པོ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། བློ་གི་དབང་པོ་ནས་ཆོར་བའི་དབང་པོའི་བར་འཁོར་བར་འཇུག་པ་དང་། གནས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་བཞག་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་བྱབ་སྟེ། དེ་ནི་དེར་གྱུར་པའི་དབང་པོ་རྣམས་ལ་དགོངས་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་ཡིད་ཀྱི་དབང་པོ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། ཉམས་གསལ་སྒྲོལ། །ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཆོས་ཡིན་ན། ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། བློ་གི་ཕྱིར་ན། བློ་གི་སྐྱེ་མཆེད་ཡིན་པས་བྱབ་པའི་ཕྱིར་ན་མ་བྱབ། འདོད་ན། ཁ་དོག་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། བེ་འཐད་པར་ཐལ། གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་མ་བྱབ་གསུང་། ཁ་ཅིག་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་རྣམས་མི་ཤེས་པར་ཀྱན་ཤེས་པར་བྱེད་པའི་དབང་པོ་དང་། སྒྲོམ་

ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་རྣམས་ཀྱན་ཤེས་པའི་དབང་པོ་དང་། དག་བཅོམ་  
པའི་མཁྱེན་པ་རྣམས་ཀྱན་ཤེས་ལྡན་པའི་དབང་པོ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གསུམ་  
འདྲིལ་ཚུལ་ཞིག་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། མཐོང་སྤང་ཅི་རིགས་སྤོང་བ་དང་  
སྤངས་པ་ལ་དབང་བྱེད་པའི་ཆ་ནས་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་དང་རྣམ་  
གྲོལ་ལམ་རིམ་པར་བཞག། སྒྲོམ་སྤང་ཅི་རིགས་སྤོང་བ་དང་སྤངས་པ་ལ་  
དབང་བྱེད་པའི་ཆ་ནས་སྒྲོམ་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་དང་རྣམ་གྲོལ་ལམ་  
དག་བཅོམ་པའི་ཡེ་ཤེས་རྣམས་བཞག་པའི་བྱིར། བྱ་སྟེ། ཐེག་ཆེན་གྱི་  
མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་དེས་མཐོང་སྤང་སྤོང་བ་ལ་དབང་བྱེད། ཐེག་  
ཆེན་མཐོང་ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་དེས་མཐོང་སྤང་སྤངས་པ་ལ་དབང་བྱེད་  
པས། དེ་གཉིས་མི་ཤེས་པ་ཀྱན་ཤེས་པར་བྱེད་པའི་དབང་པོར་བཞག། ཐེག་  
ཆེན་གྱི་སྒྲོམ་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་དེས་སྒྲོམ་སྤང་སྤོང་བ་ལ་དབང་བྱེད་  
པ་དང་། ཐེག་ཆེན་སྒྲོམ་ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་གྱིས་སྒྲོམ་སྤང་ཅི་རིགས་སྤངས་  
པ་ལ་དབང་བྱེད་པས་དེ་གཉིས་ཀྱན་ཤེས་པའི་དབང་པོར་བཞག། །རྣམ་  
མཁྱེན་གྱིས་སྒྲོམ་སྤང་མཐའ་དག་སྤངས་པའི་ཆ་ལ་དབང་བྱེད་པས་ཀྱན་  
ཤེས་ལྡན་པའི་དབང་པོར་བཞག་པའི་བྱིར། འདོད་ན། མི་འཐད་པར་ཐལ།  
ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་དེ་མི་ཤེས་པ་ཀྱན་ཤེས་པར་བྱེད་  
པའི་དབང་པོ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་དང་ཀྱན་ཤེས་ལྡན་པའི་དབང་

པོད་གཞི་མཐུན་པ་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་དང་དགྲ་བཅོམ་པའི་ཡེ་  
ཤེས་གྱི་གཞི་མཐུན་པ་ཡོད་པའི་བྱིར། ཟེར་ན། སྒྲ་མ་ལ་མ་བྲལ་སྟེ། དེ་  
གཉིས་མི་འགལ་བའི་བྱིར། ཁོ་ན་རེ། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་མི་  
ཤེས་པ་ཀུན་ཤེས་པར་བྱེད་པའི་དབང་པོ་དང་དེའི་ཀུན་ཤེས་ལྡན་པའི་  
དབང་པོ་གཉིས་འགལ་བའི་བྱིར་ན་ཡང་མ་བྲལ།

༺ གསུམ་པ་སྒྲོམ་ལམ་པ་བྱིར་མི་ལྟོག་པའི་རྟགས་བཤད་པ་ལ་གཉིས།  
ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོམ་ལམ་རྒྱས་པར་བཤད་པ། བྱིར་མི་ལྟོག་པའི་རྟགས་གྱི་བྲད་  
པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། སྒྲོམ་ལམ་གྱི་བྲད་ཆོས། བྲད་གཞི།  
བྲད་གཞིའི་དབྱེ་བ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། སྒྲོམ་པའི་ལམ་ནི་ཟབ་པ་  
སྟེ། །ཞེས་སོགས་རྒྱུ་པ་བཞི་གསུང་། གཉིས་པ་ནི། དེས་འབྱེད་ཡན་ལག་  
དང་མཐོང་བའོ། །ཞེས་སོགས་རྒྱུ་པ་བཞི་གསུངས། གསུམ་པ་ནི། དེ་ནི་  
རྒྱུ་ཆགས་ཡིན་པའི་བྱིར། །ཞེས་སོགས་རྒྱུ་པ་བཞི་གསུངས་ཏེ། དང་  
པོའི་དོན་ནི། འགྲེལ་པར། སྟོང་པ་ཉིད་ལ་ཡང་གཟུགས་མེད་ལ། །ཞེས་སོགས་  
དང་། གཉིས་པའི་དོན་ནི། ཐོས་པ་དང་བསམ་པ་དང་། སྒྲོམ་པ་ལས་བྱུང་བའི་  
ཤེས་རབ་དག་གམ། །ཞེས་སོགས་དང་། གསུམ་པའི་དོན་ནི། བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ཉོན་མོངས་པ་ནི་རྣམ་པར་རྟོག་པའོ། །ཞེས་པ་ནས།  
སྒྲོམ་པའི་ལམ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས། འཕྲོས་ནི་རིམ་པ་བཞིན་



དུ། བྱང་ཆེན་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་དུག་ལ་སྦྱོད་པའི་ཆེ་གང་ལ་གནས་ཤིང་བྱན་  
པ་ཉིར་བཞག་གཞི་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བགྱི། ཞེས་པ་ནས། ཟབ་མོ་ཞེས་  
བགྱི་བ་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ཆོག་ཆེ་དུགས་སོ། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་བར་དང་།  
བྱང་ཆེན་ཤེར་བྱིན་ལས་ཇི་ལྟར་གསུངས་པ་བཞིན་བདག་གིས་འདི་ལྟར་  
གནས་པར་བྱའོ། །ཞེས་པ་ནས། ཟབ་མོ་ཟབ་མོ་འདི་དག་ལ་སེམས་པར་  
འགྱུར། འཇལ་བར་འགྱུར། རྫོགས་པར་འགྱུར་ཞེས་སོགས་ཀྱི་བར་གྱི་མདོ་  
ལས་འཛོམས་སོ། །འདིའི་སྐབས་སུ་ཆོག་དོན་གསུམ་རིམ་པ་བཞིན་དུ་འཆད་  
པ་ནི། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོམ་པའི་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ནི་ཆོས་ཅན། ཟབ་པ་  
ཡིན་ཏེ། རང་གི་གནས་ལུགས་ཟབ་མོ་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་མདོན་སུམ་  
དུ་རྫོགས་པའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་ཟབ་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། གནས་ལུགས་སྟོང་པ་ཉིད་  
དེ་ནི་ཆོས་ཅན། ཟབ་པ་ཡང་ཡིན་ཏེ། སྒྲོ་འདོགས་དང་སྐྱར་བ་འདེབས་པའི་  
མཐའ་ལས་གྲོལ་བ་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་དབྱིངས་ཡུལ་གྱི་ཟབ་པ་ཡིན་པའི་བྱིར།  
ཞེས་པ་ནི་དང་པོ་བྱང་ཆོས་ཀྱི་དོན་དང་།

༥ ཡང་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོམ་ལམ་ཆོས་ཅན། བྱིན་རྒྱུན་ཆགས་སུ་འཇུག་  
པ་ཡིན་ཏེ། ཐེག་ཆེན་གྱི་ངེས་འབྱེད་ཡན་ལག་དང་མཐོང་བའི་ལམ་དང་སྒྲོམ་  
པའི་ལམ་ཉིད་ལ་རང་གི་མཐོང་བའི་དོན་མཁྱེན་གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་ལ་ཐོས་  
སོགས་ཀྱིས་ཡང་དང་ཡང་དུ་སེམས་པ་དང་ཆད་མས་འཇལ་བ་དང་། ཞིབ་

ཏུ་ངེས་པར་རྟོགས་པའི་སྒྲོམ་པའི་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པ་ནི། གཉིས་པ་  
 བྱུང་གཞིའི་དོན་དང་། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོམ་ལམ་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། རྣམ་པ་དགྲུང་  
 བཞེད་པ་ཡིན་ཏེ། བྱུང་ལ་སྒྲོམ་ལམ་ཆུང་དུ་དང་འབྲིང་དང་ཆེན་པོ་རྣམས་  
 ཡོད་ཅིང་། དེ་རེ་རེ་ལ་འང་ཆུང་དུ་འཁྱུར་ཆུང་དུ་སོགས་ཏེ་ཆུང་དུ་འབྲིང་དང་  
 ཆུང་དུ་འཁྱུར་ཆེན་པོ་དང་། འབྲིང་གི་ཆུང་འབྲིང་ཆེ་གསུམ། ཆེན་པོའི་ཆུང་འབྲིང་  
 ཆེ་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་ཡི་རྣམ་པས་དེ་ལྟར་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱུང་  
 རྒྱུ་ཆགས་སུ་འབྱུང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་པ་ནི།

གསུམ་པ་དབྱེ་བའི་ཡིན་ནོ། །དབྱེ་བ་ལ་ཡང་རྩོད་སྤྱོད་གཉིས། གངས་  
 ངེས་ལ་རྩོད་པ་སྤྱོད་བ་དང་། བྱུང་ལས་ལ་རྩོད་པ་སྤྱོད་བའོ། །དང་པོ་ལ་  
 གཉིས། རྩོད་པ་དང་ལན་ནོ། །དང་པོ་ནི། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོམ་ལམ་ལ་རྣམ་པ་  
 དགྲུང་གངས་ངེས་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོམ་ལམ་རྣམ་པ་དགྲུ་  
 ལས་མང་བ་རྒྱལ་བའི་ཡུམ་ལས་བཤད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ལས་ཐེག་  
 ཆེན་གྱི་སྒྲོམ་ལམ་རྣམ་པ་དགྲུ་པོ་རེ་རེའི་དབང་དུ་མཇུག་དེ་འབྲས་བུ་བསོད་  
 རྣམས་གངས་མེད་འབྲེན་པར་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། གཉིས་པ་དེའི་  
 ལན་དུ། གངས་མེད་ལ་སོགས་བསྟན་པ་རྣམས། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་ཀླང་པ་  
 བཞི་གསུངས་ཏེ། དོན་ནི་འགྲེལ་པར། གངས་མེད་པ་དང་། གཞལ་དུ་མེད་པ་  
 དང་། ཞེས་སོགས་གསུངས། རྩ་བའི་ཆིག་དོན་ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། མདོ་

ལས། སྒོམ་ལམ་གྱི་འབྲས་བུ་བསོད་ནམས་གངས་མེད་ལ་སོགས་བསྟན་པ་  
ནམས་ནི་དམ་པའི་དོན་དུ་སྟེ། དོན་དམ་པར་དབྱེ་བ་ཐོད་པ་མ་ཡིན་ཀྱང་ཀྱན་  
ཚོབ་ཏུ་མི་འཐད་པའི་སྒྱུ་མེད་པར་ཐལ། ཀྱན་ཚོབ་ཏུ་འབྲས་བུ་དེ་ལྟར་  
འབྱུང་བ་ནི་སངས་རྒྱས་ཉིད་ཀྱིས་སྤྲུགས་བཅེ་བའི་རྒྱ་མ་བུ་གྱི་འབྲས་བུ་  
བསྟན་པ་དེ་དག་ཐུབ་པ་རང་ཉིད་བཞད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ལ་གཉིས། དོན་དམ་ལ་སྟོས་པའི་ཚུད་སྟོང་དང་། ཐ་སྟད་ལ་  
སྟོས་པའི་ཚུད་སྟོང་དོ། དང་པོ་ལ་གཉིས། ཚུད་པ་དང་ལན་ནོ། །དང་པོ་ནི།  
དངོས་པོ་བཟོད་དུ་མེད་པ་ལ། །ཞེས་སོགས་རྟེན་པ་བཞི་གསུངས་ཏེ། དོན་  
ནི། འབྲེལ་པར། ཆོས་ཉིད་ཀྱི་རང་གི་ངོ་བོར་འདོད་པའི་ལམ་གྱི་དངོས་པོ།  
ཞེས་པ་ནས། ཉེ་བར་འགོད་པར་མི་བྱ་བ་ཁོ་ནའོ་ཞེ་ན། ཞེས་པའི་བར་  
གསུངས་ཏེ། ཆོག་དོན་ནི། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒོམ་ལམ་ཞེས་བུ་བའི་ལམ་གྱིས་ནི་  
ཆོས་ཅན། སྤང་བུའི་ཞིག་ཉམས་ཤིང་། གཉེན་པོ་ཅི་ཞིག་ཐོབ་བོ་སྟེ། ཐོབ་པ་  
མེད་པར་ཐལ། དོན་དམ་པར་མ་བྱུབ་པའི་ཕྱིར། ཐུབ་སྟེ། སྒོམ་ལམ་གྱི་དངོས་  
པོ་དོན་དམ་པར་བཟོད་དུ་མེད་པ་ལ་སྤང་བུ་ཉམས་པ་དང་གཉེན་པོ་འཕེལ་བ་  
མི་རུང་བའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ལན་ནི། བྱང་ཆུབ་ཇི་ལྟར་དེ་བཞིན་དུ། །ཞེས་སོགས་རྟེན་  
པ་བཞི་གསུངས་ཏེ། དོན་ནི། འབྲེལ་པར། ཇི་ལྟར་ཐུང་པར་དུ་བྱར་མེད་པའི་

དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་བྱང་ཆུབ། ཅེས་སོགས་གསུངས། ཚིག་དོན་ནི། ཞེས་བྱ་  
 ཚོས་ཅན་དོན་དམ་པར་གཉེན་པོ་འཕེལ་བ་དང་སྤང་བྱ་འགྲིབ་པ་མེད་ཀྱང་  
 སྤང་གཉེན་མི་འཐད་པའི་སྐྱོན་མེད་པར་ཐལ། སྤང་མེད་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡེ་ཞེས་  
 དེ་དོན་དམ་པར་མེད་ཀྱང་ཐ་སྙད་དུ་གདུལ་བྱའི་དོན་བྱེད་པ་རི་ལྟ་བུ་དེ་  
 བཞིན་དུ་སྐྱོམ་ལམ་འདི་ནི་དོན་དམ་པར་མེད་ཀྱང་ཐ་སྙད་དུ་སྤང་བྱ་ལ་  
 གཞོད་པ་སོགས་འདོད་པའི་དོན་སྐབ་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར། དེ་གཉིས་དཔེ་  
 དོན་མི་མཚུངས་པའི་སྐྱོན་མེད་དེ། དེ་གཉིས་ཐ་སྙད་དུ་བྱ་བ་བྱེད་པར་  
 མཚུངས་ཤིང་། བྱང་ཆུབ་དོན་དམ་པར་མེད་པ་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་  
 ཅན་ཡིན་པ་ལྟར་སྐྱོམ་ལམ་དེ་ཡང་དེའི་མཚན་ཉིད་ཅན་དུ་བཞེད་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་ལ་ཡང་གཉིས། ཚུད་པ་དང་ལན་ནོ། །དང་པོ་ནི། སེམས་  
 ནི་སྤྲུམ་པས་བྱང་ཆུབ་བར། །རིགས་མིན་ཕྱི་མས་ཀྱང་མ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་  
 ཏེ། དོན་ནི། འགྲེལ་བར། སྤྲུམ་ཕྱིར་གྱུར་བའི་སེམས་ཅན་རེ་རེ་ལ་སངས་རྒྱས་  
 ཀྱི་བྱ་བ་སྐབ་པར་བྱེད་པའི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད། ཅེས་སོགས་  
 གསུངས། ཚིག་དོན་ནི། བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཀྱན་རྫོབ་དང་  
 དོན་དམ་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ནི་ཚོས་ཅན། རང་འབྲས་རྫོགས་པའི་བྱང་  
 ཆུབ་བསྐྱེད་པར་མི་རིགས་པར་ཐལ། ཁྱོད་སྤྱད་ཅིག་མ་སྤྲུམ་ཁོ་ནས་རང་  
 འབྲས་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་བསྐྱེད་པ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ལ། སྤྱད་ཅིག་ཕྱི་

མ་ཁོ་ནས་ཀྱང་དེ་བསྐྱེད་ཀྱས་པ་རིགས་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། ཅིག་ཅར་  
 རམ་རིམ་ཅན་གྱིས་ཀྱང་རིགས་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ལན་ནི། མར་  
 མའི་དཔེ་ཡི་ཚུལ་གྱིས་ནི། །ཟབ་མའི་ཆོས་ནི་རྣམ་པ་བརྒྱད། །ཅེས་གསུངས་  
 ཏེ། དོན་ནི་འབྲེལ་བར། རི་ལྟར་མེ་ལྷེ་དང་སྒྲིང་པོ་འཕྲད་པའི་སྐད་ཅིག་མ་དང་  
 པོ་ལ། ཞེས་སོགས་གསུངས། ཆིག་དོན་ནི། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་སྐད་  
 ཅིག་སྤྱི་ཕྱི་མང་པོ་རིམ་གྱིས་འབྱུང་བས་རང་འབྲས་བྱང་ཚུབ་མི་བསྐྱེད་པའི་  
 སྐྱོན་དེ་མི་འདུག་པར་ཐལ། མར་མེ་སྐད་ཅིག་སྤྱི་མ་ལས་ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་ཀྱས་  
 ལྟན་དུ་རིམ་གྱིས་འབྱུང་བས་སྒྲོང་བུ་སྦྱུམ་ལྟན་རྫོགས་པར་སླེག་པར་བྱེད་  
 པའི་མར་མའི་དཔེ་ཡི་ཚུལ་གྱིས་ནི་སེམས་བསྐྱེད་སྤྱི་ཕྱི་རིམ་གྱིས་འབྱུང་  
 བས་རང་འབྲས་སྤྱི་གསུམ་བསྐྱེད་པ་དང་། ཟབ་མའི་ཆོས་ནི་རྣམ་པ་བརྒྱད་  
 པོ་འཆད་འགྱུར་འདི་རྣམས་ཀྱང་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། དེའི་དོན་  
 བསྐྱུ་ན་འདི་ལྟར་ཡིན་ཏེ། བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་སྤྱི་ཕྱི་རེ་རེ་ཁོ་ནས་བྱང་ཚུབ་  
 ཐོབ་པར་མི་ཀྱས་ཀྱང་། སྤྱི་ཕྱི་པན་ཚུན་སྟོས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་འགྱུར་བ་ལ་  
 བརྟེན་ནས་བྱང་ཚུབ་ཐོབ་ཀྱས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དཔེར་ན། མར་མེ་སྐད་ཅིག་སྤྱི་  
 ཕྱི་རེ་རེ་ཁོ་ནས་སྒྲོང་བུ་སྦྱུམ་ལྟན་རྫོགས་པར་མི་སླེག་ཀྱང་། སྤྱི་ཕྱི་པན་ཚུན་  
 སྟོས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱིས་སྒྲོང་བུ་སྦྱུམ་ལྟན་རྫོགས་པར་སླེག་ཀྱས་པ་བཞིན་  
 བོ། །ཞེས་པ་སྟེ། སྤྱད་པ་ལས། འབྲུ་མར་སྒྲིང་པོ་འབར་བ་ཕྲད་པ་དང་པོ་



ཡིས། །སྙིང་པོ་ཚིག་མིན་དེ་མེད་པར་ཡང་དེ་མི་ཚིག་ །མེ་ལྷེ་སྤང་བ་ཐམས་  
 སྙིང་པོ་ཚིག་མིན་ལ། །མེ་ལྷེ་ཐ་མ་མེད་པར་སྙིང་པོ་ཚིག་མིན་ལྟར། །དང་  
 པོའི་སེམས་ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་མཆོག་རེག་མ་ཡིན་ལ། །དེ་མེད་པར་ཡང་དེ་ལ་  
 རེག་པར་རྒྱས་མ་ཡིན། །ཐ་མའི་སེམས་ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་ཞི་བ་ཐོབ་མིན་  
 ལ། །དེ་མེད་པར་ཡང་དེ་ཐོབ་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་ནས། ཆུ་  
 ཡི་ཐིགས་པས་བྱམ་བ་དང་པོ་ཐ་མའི་བར། །རིམ་གྱི་ཉུང་དུ་ཉུང་དུས་དེ་  
 ཡོངས་འགོངས་པ་ལྟར། །དེ་བཞིན་དང་པོའི་སེམས་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་  
 སྟེ། །རིམ་གྱིས་དཀར་པོའི་ཡོན་ཏན་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་འགྲུལ། །ཞེས་  
 གསུངས་པས་སོ། །སྤར་བཤད་པའི་ཚུད་སྤོང་དེ་དག་གི་འཕྲོས་ནི། ཅུང་ཟད་  
 ཅུང་ཞིག་བཀོད་ན། དང་པོ། གངས་མེད་ལ་སོགས་བསྟན་པ་རྣམས། །ཞེས་  
 སོགས་ནི། རབ་འབྱོར་གངས་མེད་ཅེས་བྱ་བ་གང་ལ་འདུས་བྱས་ཀྱི་ཁམས་  
 སམ་འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་ཁམས་སྤུ་བགང་བར་ཉེ་བར་མི་འབྱོའོ། །ཞེས་སོགས་  
 ལས་འཕྲོས། གཉིས་པ། དངོས་པོ་བརྗོད་དུ་མེད་པ་ལ། །ཞེས་སོགས་ནི།  
 བཅོམ་ལྡན་འདས་གལ་ཉེ་བརྗོད་དུ་མ་མཆིས་པའི་དོན་ལ་འཕེལ་བ་དང་  
 ཡོངས་སྤུ་འགྲིབ་པ་མ་མཆིས་ན། །ཞེས་སོགས་ལས་འཕྲོས། །གསུམ་པ།  
 བྱང་ཆུབ་རི་ལྟ་དེ་བཞིན་དུ། །ཞེས་སོགས་ནི། རབ་འབྱོར་དེ་དེ་བཞིན་ནོ། །དེ་  
 དེ་བཞིན་ཉེ་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་དོན་ལ་ནི་འཕེལ་བ་དང་ཡོངས་སྤུ་འགྲིབ་པ་

མེད་དོ། །རབ་འབྱོར་གལ་ཏེ་ཐབས་མཁས་པའི་བྱང་ཆེན་ཤེར་ཕྱིན་ལ་སྦྱོད་  
པ་དང་། ཞེས་སོགས་ལས་འཕྲོས། བཞི་པ། སེམས་ནི་སྤྲ་མས་སོགས་ནི།  
སེམས་དང་པོ་བསྐྱེད་པ་ཡང་སེམས་བསྐྱེད་པ་སྦྱད་མ་དང་མི་འགྲོགས།  
ཞེས་སོགས་ལས་འཕྲོས། ལྷ་པ། མར་མའི་དབེ་ཡི། ཞེས་སོགས་ནི། སྤར་  
བྱངས་པའི་མདོ་ལས་ཀྱང་འཕྲོས་སོ། །འདིར་དེ་ལྟར་བཤད་པ་ནི་འཇུག་པ་  
བདེ་བར་བསམ་མོ།

༥ གཉིས་པ་རྟགས་ནི། སྦྱེ་བ་དང་ནི་འགག་པ་དང་། །ཞེས་སོགས་ཀྱང་  
པ་བཞི་གསུངས་ཏེ། དོན་ནི་འབྲེལ་པར་སྐྱད་ཅིག་སྤྲ་མ་དང་ཕྱི་མ་དག་གིས་  
ཀྱང་མ་ཡིན་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པས་ཀྱང་མ་ཡིན་ལ། ཞེས་པ་ནས། དོན་སྐྱབ་  
པས་ཐབ་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས། འཕྲོས་ནི། རབ་འབྱོར་  
འདི་རི་སྤྲ་ཏུ་སེམས། སེམས་གང་འགགས་པ་དེ་ཕྱིར་སྦྱེ་བར་འགྱུར་རམ་  
ཞེས་པ་དང་། རི་ལྟར་བྱང་ཆེན་མཆོན་མའི་འདུ་ཤེས་རྣམ་པར་བཤེག་པ་  
ཡིན། ཞེས་སོགས་ཀྱི་བར་གྱི་མདོ་ལས་འཕྲོས་སོ། །འདིར་ཅ་བའི་ཆིག་དོན་  
ནི། བྱང་སེམས་བརྒྱད་པ་བ་ཆོས་ཅན། ཐས་མོ་རྣམ་པ་བརྒྱད་ཐུགས་སུ་  
རྒྱུད་པ་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ཏེ། གཞིའི་གནས་ལུགས་སྦྱེ་བ་སྟེ་རྟེན་འབྲེལ་ཐབ་པ་  
དང་། འགག་པ་ཐབ་པ་དང་། སྦྱོད་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་དེ་བཞིན་ཉིད་ཐབ་པ་  
དང་། སྦྱིན་སོགས་དོན་དམ་པར་མེད་ཀྱང་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡོད་པའི་ཤེས་བྱ་

ཟབ་པ་དང་། ཆོས་ཐམས་ཅད་སྒྲིམ་བུ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་ཞེས་པ་  
 ཟབ་པ་དང་། རོན་དམ་པར་ཞེན་པ་མེད་པར་ཐ་སྙད་དུ་སྒྲོད་པ་ཟབ་པ་དང་།  
 མཆོན་མ་དང་མཆོན་མེད་གཉིས་ཀ་རོན་དམ་པར་གཉིས་སུ་མེད་པར་  
 རྟོགས་པའི་ཟབ་པ་དང་། ཆོགས་གཉིས་ཀྱི་འབྲས་བུ་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་  
 ཐབས་མཁས་པ་ལ་ཟབ་པ་ཉིད་དེ་བརྒྱད་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར། འདི་ཡང་ཕྱིར་  
 མི་སྒྲོག་པའི་རྟགས་དངོས་མ་ཡིན་ལ། རྟགས་དངོས་ནི་ཟབ་མོ་བརྒྱད་ཁོང་དུ་  
 ཟུད་པའི་སྒྲོན་ས་བྲངས་པའི་བྲང་སེམས་སྒྲོམ་ལམ་པའི་ལུས་ངག་གི་ཐ་སྙད་  
 ཟུད་པར་ཅན་འབྲུལ་མེད་བརྟན་པོ་ལ་འཛོག་གོ། །

### སྒྲིམ་ཞི་མཉམ་ཉིད་སྒྱུར་བ།

༥ གསུམ་པ་སྐྱ་གསུམ་འབྲུབ་བྱེད་ཀྱི་སྒྱུར་བ་ཟུད་པར་ཅན་བཤད་པ་  
 ལ་གསུམ་ཆོས་སྐྱ་སྐྱབ་བྱེད་སྒྲིམ་ཞི་མཉམ་ཉིད་སྒྱུར་བ་དང་། ལོངས་སྐྱ་སྐྱབ་  
 བྱེད་ཞིང་དག་སྒྱུར་བ་དང་། སྐྱལ་སྐྱ་སྐྱབ་བྱེད་ཐབས་མཁས་སྒྱུར་བའོ། །དང་  
 པོ་ནི། ཆོས་རྣམས་མི་ལམ་འདྲ་བའི་ཕྱིར། །ཞེས་སོགས་རྒྱུ་པ་བཞི་  
 གསུངས་ཏེ། རོན་ནི། འབྲེལ་པར། འཁོར་བ་དང་རྣམ་པར་བྲང་བ་མི་མཐུན་  
 པ་དང་གཉིན་པོ་རྣམས། ཞེས་པ་ནས། དེའི་ཕྱིར་ཡང་དཔེ་མ་གྲུབ་པས་འཁོར་  
 བ་དང་སྐྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ནི་མཉམ་པ་ཉིད་དོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས།  
 འཕྲོས་ནི། རབ་འབྱོར་གྱིས་སྦྲས་པ། ཆེ་དང་ལྡན་པ་ལྷ་རིའི་བྱ་གཤལ་ཏེ་ཉིན་

པར་བསྐྱོམས་པས་རྣམ་པར་འཕེལ་ན་མི་ལམ་ན་བསྐྱོམས་པས་ཀྱང་རྣམ་  
པར་འཕེལ་ལོ། །དེ་ཅིའི་བྱིར་ཞེ་ན། མི་ལམ་དང་ཉིན་པར་ནི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་  
མེད་དོ། །ཞེས་སོགས་དང་། ཆེ་དང་ལྡན་པ་ལྷ་རིའི་བྱ་བྱང་ཆེན་བྱམས་པ་  
སྐྱེ་བ་གཅིག་གིས་ཐོགས་པ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བྱིར་མི་ལྟོག་པར་ལྟང་  
བསྟན་པ་འདི་མངོན་དུ་གྱུར་ན་འདི་ལ་ངེས་ཤིག་དང་འདིས་ལན་ལྡན་པར་  
འགྱུར་རོ། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་མདོ་ལས་འབྲེལ་སོ། །

འདིའི་སྐབས་སུ་གཉིས། ཆོག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་  
ལ་གཉིས། དངོས་དང་། ལྷན་ཀ་སྤང་བའོ། །དང་པོ་ནི། ས་བརྒྱད་པའི་ཡེ་  
ཤེས་ཆོས་ཅན། སྤེད་ཞེ་མཉམ་ཉིད་སྦྱོར་བ་ཡིན་ཏེ། སྤེད་པ་འཁོར་བ་དང་ཞེ་  
བ་མྱ་ངན་ལས་འདས་པར་དོན་དམ་པར་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པར་འཁོར་འདས་  
བདེན་སྟོང་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟིན་  
པའི་དག་སའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། འཁོར་འདས་ཀྱིས་མཆོན་  
པའི་ཆོས་རྣམས་བདེན་པར་མེད་ཀྱང་ཐ་སྙད་ཅམ་དུ་གྲུབ་པ་མི་ལམ་དང་འབྲ་  
བར་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟིན་པའི་དག་སའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་ལ་གཉིས། ལྷན་ཀ་དང་། དེའི་ལན་ནོ། །དང་པོ་ལ་ཁ་ཅིག་  
ཉིན་པར་ཡང་དགེ་མི་དགའི་ལས་གསོག་པར་བྱེད་པ་མེད་པར་ཐལ། ཆོས་  
ཐམས་ཅད་དོན་དམ་པར་མ་གྲུབ་པར་ཐ་སྙད་དུ་མི་ལམ་དང་འབྲ་བའི་བྱིར་ཞེ་

ན། གཉིས་པ་ལན་ནི། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། ཚོས་ཐམས་ཅད་དོན་དམ་པར་  
 མེད་ཀྱང་དགོ་མི་དགོའི་ལས་གསོག་པ་མེད་པར་ཐལ་བའི་སྒྲིན་ཡོད་པ་མ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། ལས་མེད་དུ་ཐལ་བ་ལ་སོགས་པའི་ལྷན་ཀ་དེ་ཡི་ལན་ནི་མདོ་  
 ལས་རི་སྐད་བཤད་ཟིན་པར་བད་པ་དེའི་སྤྱིར། མདོ་ལས་གསུངས་བ་ཚུལ་  
 ནི། ལས་གསོག་པ་མེད་པར་ཐལ་བ་དང་། ལས་འབྲས་དོན་དམ་པར་ཡོད་  
 པར་ཐལ་བ་དང་། ལྷང་དང་འགལ་བར་ཐལ་བ་དང་། ཆི་ལམ་ན་ལས་གསོག་  
 པའི་ལྷན་ཀ་བཞི་དང་། དེའི་ལན་བཞི་ཡོད་ལ། ལྷན་ཀ་དང་པོ་ནི། རབ་འབྱུང་  
 བྱང་ཆེན་གྱིས་ཆི་ལམ་དུ་ལས་གང་གིས་བྱས་པའི་ལས་དེ་ལ་གསོག་པ་དང་  
 བྱེ་བར་འགྱུར་བ་ཡོད་དམ། ཞེས་བཀོད་ནས། དེའི་ལན་ནི། ཚེ་དང་ལྷན་པ་  
 ཞུ་རིའི་བྱ་རི་ལྟར་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཆི་ལམ་ལྟ་བུར་  
 གསུངས་པ་དེ་ལྟར་ན། ཞེས་སོགས་གྱིས་བསྟན། ལྷན་ཀ་གཉིས་པ་ནི། རབ་  
 འབྱུང་གྱིས་སྦྲས་པ། ཉིན་པར་སློག་བཅད་པ་དང་ཆི་ལམ་ན་སློག་བཅད་པ་  
 དེ་ལ་འདི་སྦྲུམ་དུ་དེ་བདག་གིས་བསད་དོ་ལེགས་པར་བསད་དོ་ཞིན་ཏུ་  
 བསད་དོ་ཞེས་སད་དེ་རྣམ་པར་རྟོག་ན། ཞེས་སོགས་བཀོད་ནས། ལན་ནི།  
 རབ་འབྱུང་དམིགས་པ་མེད་པར་ལས་མི་སྐྱེ་སྐྱེ་ལས་ནི་དམིགས་པ་དང་  
 བཅས་པ་ཁོ་ནར་སྐྱེ་ལོ། །ཞེས་སོགས་གྱིས་བསྟན། ལྷན་ཀ་གསུམ་པ་ནི། རབ་  
 འབྱུང་ལས་ཐམས་ཅད་སེམས་པ་ཐམས་ཅད་དབེན་པའོ་ཞེས་བཅོམ་ལྷན་



འདས་ཀྱིས་གསུངས་ན་ངེ་ལྟར་དམིགས་པ་དང་བཅས་པར་ལས་སྐྱེ་སྐྱེ།  
ཞེས་སོགས་བཀོད་ནས། ལན་ནི། ཆེ་དང་ལྡན་པ་ལྷ་རིའི་བྱ་མཆན་མར་  
བྱས་ནས་དམིགས་པ་དང་བཅས་པར་ལས་སྐྱེ་སྐྱེ། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན།  
ལྟར་ཀ་བཞི་པ་ནི། རབ་འབྱོར་གལ་ཏེ་བྱང་ཆེན་གྱིས་མི་ལམ་དུ་སྐྱིན་པ་  
བྱིན། ཞེས་པ་ནས། དག་བའི་རྩ་བ་དེ་སྤྲོད་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་  
བྱང་ཆུབ་ཏུ་བསྐྱོས་ནས། ཞེས་སོགས་བཀོད་ནས། ལན་ནི། ལྷ་རིའི་བྱ་བྱང་  
ཆེན་བྱམས་པ་སྐྱེ་བ་གཅིག་གིས་ཐོགས་པ་ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏོ། །དེ་  
དག་གི་དོན་བསྟུས་ཏེ། སྤར་བཞིན་ཅོད་སྤོང་དེ་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་འདིའི་སྐབས་སུ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ་  
ཁ་ཅིག་ན་རེ། བདེན་འཛིན་སྐྱེ་བའི་གོ་སྐབས་བཅོམ་པའི་དག་སའི་ཡེ་ཤེས།  
སྤྱི་ཞི་མཉམ་ཉིད་སྦྱོར་བའི་མཆན་ཉིད་ཟེར་ན། སྤྱི་ཞི་མཉམ་ཉིད་སྦྱོར་བ་  
ཆོས་ཅན། མཆན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་བྱིར། འདོད་ན། བདེན་འཛིན་  
སྤངས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། རྣམ་མཁྱེན་  
ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། །ཁ་ཅིག སྤྱི་ཞི་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་  
པའི་དག་སའི་ཡེ་ཤེས། སྤྱི་ཞི་མཉམ་ཉིད་སྦྱོར་བའི་མཆན་ཉིད་ཟེར་ན། ས་  
བརྒྱད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན། མཆན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་བྱིར།  
དེར་ཐལ། དག་སའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་ན། སྤྱི་ཞི་མཉམ་པ་ཉིད་

ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། འཁོར་འདས་མཉམ་པ་ཉིད་ཡིན་  
 པར་ཐལ། འདོད་པ་དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། བཟང་ངན་མཉམ་པ་ཉིད་ཡིན་པར་  
 ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། བཟང་ངན་མཉམ་པར་ཐལ། འདོད་པའི་  
 ཕྱིར། འདོད་ན། དག་སྒྲིག་མཉམ་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་  
 སོ། །ཁ་ཅིག་ སྲིད་ཞི་མཉམ་ཉིད་སྒྲུབ་པ་ཡིན་ན། སྲིད་ཞི་བདེན་སྟོང་མཉམ་  
 པ་ཉིད་དུ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པས་བྱུང་བེད་ན། ས་བརྒྱད་པ་བའི་རྒྱད་ཀྱི་  
 ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ།  
 སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྒོ་བ་བའི་རྒྱད་ཀྱི་  
 ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ ས་བརྒྱད་པ་དེས་བདེན་  
 འཛིན་མངོན་གྱུར་པ་མ་སྤངས་བེད་ན། དེ་སྤངས་པར་ཐལ། ས་བརྒྱད་པའི་  
 འཕྲིན་ལས་ལ་འགོད་པའི་སྐབས་སུ་བདེན་འཛིན་མངོན་གྱུར་པ་སྤངས་པའི་  
 འཕྲིན་ལས་ལ་འགོད་པར་བཤད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཆི་ལམ་དུ་དག་མི་  
 དག་འི་ལས་གསོག་པ་མེད་བེད་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། ཆི་ལམ་དུ་དག་བའི་  
 ལས་བྱེད་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆི་ལམ་དུ་སྟོང་ཉིད་སྒྲོམ་པ་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཆི་ལམ་ལྟ་བུར་སྒྲོམ་པ་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཅ་བར། ཆི་ལམ་ན་ཡང་ཆོས་རྣམས་ཀྱི། ཆི་ལམ་ལྟ་བུར་  
 ལྟ་ལ་སོགས། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། ཆི་

ལམ་ན་མི་དགོ་བ་བྱེད་པ་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། གཉིད་དང་མི་དགོ་བའི་  
གཞི་མ་ཐུན་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་གཞན་འགྱུར་དུ་བཞག་པའི་རྒྱ་  
མཚན་ཡོད་པའི་བྱིར་དང་། མི་ལམ་དུ་སློག་གཅོད་པ་མིས་པ་དེ་ལ་སློབ་  
བྱེད་པ་ཡོད་པའི་བྱིར། བྱི་མ་དེར་ཐལ། མི་ལམ་དུ་སློག་གཅོད་པ་མི་བ་ཡོད་  
པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། བརྒྱད་སྟོང་ལས། སྤྱེས་པའམ་བྱུང་མེད་གང་མི་ལམ་དུ་  
དགོ་བའམ་མི་དགོ་བའི་ལས་ཞིག་བྱེད་ན། ཞེས་པ་དང་། དུམ་བར་མར་  
ཡང་། མི་ལམ་ན་སློག་གཅོད་པ་དེ་ལ་འདི་སྟམ་དུ་བདག་གིས་བསད་དོ། །  
ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། མི་ལམ་ན་སློག་  
གཅོད་པ་མི་བ་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ཙམ་གྱིས་སློག་གཅོད་གྱི་མི་དགོ་བའི་ལས་  
ལམ་ཡོངས་སུ་མི་རྫོགས་པས། དེ་ལྟར་མིས་པའི་དགོ་སྟོང་ལ་དེའི་དབང་  
གིས་པམ་པ་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། མི་ལམ་དུ་སློག་  
གཅོད་པ་དངོས་གནས་པ་ཡོད་ཟེར་ན། འོ་ན། མི་ལམ་དུ་མི་དངོས་གསོད་པ་  
ཡོད་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། མི་ལམ་དུ་མི་ཡོད་པར་  
ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། མི་ལམ་གྱི་མི་དེ་མི་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་  
པའི་བྱིར། འདོད་ན། མི་ལམ་གྱི་མི་ཆོས་ཅན། མི་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཆོས་གྱི་  
སྤྱི་མཆེད་གྱི་གཟུགས་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པར་རྣམ་  
བཤད་དགོངས་པ་རབ་གསལ་དང་སྐལ་བཟང་མིག་འབྱེད་གཉིས་ཀ་ལས་

བཤད་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་མི་ལམ་གྱི་མི་མེད་ཟེར་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། མི་  
ལམ་གྱི་སྐབས་སུ་སྤང་བའི་མི་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། གཉིད་ཀྱི་སྐབས་  
སུ་མིར་སྤང་བ་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། མི་ལམ་དམིགས་པའི་ཡུལ་དག་  
མཐོང་ནས་ནི། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཉིན་པར་དགེ་མི་  
དགའི་ལས་གསོག་སྒྲེལ་བྱེད་པ་མེད་པར་ཐལ། དགེ་མི་དགའི་ལས་བདེན་  
པར་མེད་པའི་བྱིར། ཞེས་པའི་སུན་འབྱེན་འདི། སེམས་ཙམ་པས་དབྱ་མ་  
པར་འཕངས་པའི་དག་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་སེམས་ཙམ་པའི་དག་ཡིན་པར་ཐལ།  
དམ་བཅའ་འཐད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེར་གྱུར་པའི་  
དོན་སྒྲིལ་གཉིས་ཀྱི་དག་གྱུར་ཡོད། བྱེ་རོལ་བའི་དག་གྱུར་ཡོད་པའི་བྱིར།  
དེར་ཐལ། དེ་འབྲའི་སུན་འབྱེན་འཕེན་པའི་ཉན་ཐོས་སྒྲེ་བ་དང་བྱེ་རོལ་བ་  
ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དབྱ་མ་པས་ལས་འབྲས་བདེན་མེད་དུ་ཁས་  
སྤངས་པ་ལ། དེ་འབྲའི་ཐལ་འགྱུར་འཕེན་པའི་དེ་གཉིས་ཡོད་པའི་བྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། སྤྱིད་ཞི་བདེན་སྟོང་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་  
མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བདེན་འཛིན་མངོན་གྱུར་པ་སྐྱེ་བའི་སྒོ་  
སྐབས་བཙུག་པའི་དག་སའི་ཡེ་ཤེས། སྤྱིད་ཞི་མཉམ་ཉིད་སྐྱེར་བའི་མཚན་  
ཉིད་དམ་ངོ་བོ་ཡིན་ནོ།

༥ གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྟོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་བྱང་སེམས་ས་བརྒྱད་པ་བའི་

རྒྱུད་ཀྱི་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་  
དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། སྤྱིད་ཞི་བདེན་སྟོང་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་མངོན་  
སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར་ན། མ་ཁྲབ།  
འདོད་མི་རུས་སོ། །ཟེར་ན། རོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་ཆོས་ཅན། སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་  
རྟོགས་པར་ཐལ། སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཐོབ་པའི་  
ཆོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་པ་ཁས། མ་གྲུབ་ན་དེར་ཐལ། སྟོང་ཉིད་བསྐྱེད་པ་  
ལ་བརྟེན་ནས་ཐོབ་པའི་ཐོབ་བྱ་མཐར་ཐུག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོགས་  
གཉིས་བསགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཐོབ་པའི་ཐོབ་བྱ་མཐར་ཐུག་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ས་བརྒྱད་པའི་ཡེ་ཤེས་  
ཆོས་ཅན། ཆོས་སྐྱའི་རྒྱ་ཡིན་པར་ཐལ། ཆོས་སྐྱ་འགྲུབ་བྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། ཆོས་སྐྱ་འགྲུབ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ཁྲད་  
པར་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་སྐྱའི་ལག་རྗེས་འཛོག་བྱེད་ཁྲད་  
པར་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན་སྤྱོད། །ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཉིན་པར་དང་མི་ལམ་  
དུ་ལས་གསོག་པ་ལ་སྟོབས་ཆེ་ཆུང་མེད་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་ཀའི་སྐབས་སུ་  
དགེ་མི་དགའི་ལས་གསོག་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ན། མ་ཁྲབ། འདོད་མི་རུས་ཏེ།  
རི་སྐད་དུ། མི་ལམ་སེམས་ནི་གཉིད་ཀྱིས་ཉམས། །དེས་ན་འབྲས་བུ་འབྲས་  
ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ས་བརྒྱད་པ་བས་བདེན་འཛིན་



མདོན་གྱུར་པ་མ་སྤངས་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་ལ་དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 དེའི་རྒྱད་ལ་བདེན་ངོན་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ན་མ་བྱལ། ཁ་ཅིག་ན་རེ། མི་ལམ་དུ་  
 དབང་ཤེས་ཡོད་པར་ཐལ། མི་ལམ་དུ་ཡིད་ཤེས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན་མ་  
 བྱལ། ཏྲགས་དེར་ཐལ། མི་ལམ་དུ་གཉིད་དུ་གྱུར་པའི་ཡིད་ཤེས་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། མི་ལམ་དུ་མིག་ཤེས་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 འབྲུག་པར། གལ་ཏེ་གཉིད་ན་མིག་སྒྲོ་མི་སྲིད་པས། །ཞེས་གསུངས་པའི་  
 ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སྒྲོན་མེད་དེ། དེ་ནི་གཉིད་འབྲུག་པོ་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་གི་  
 རྒྱད་ལ་དབང་ཤེས་མེད་པའི་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཟེར། ཁ་ཅིག་ མི་ལམ་དུ་  
 དབང་ཤེས་ཡོད་པར་ཐལ། མི་ལམ་གྱི་དབང་ཤེས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 མི་ལམ་གྱི་མི་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ན། སྒྲ་མར་རེ་ཞིག་མ་བྱལ་བོ།

### ཞིང་དག་སྐྱོར་བ།

༥ གཉིས་པ་ཞིང་དག་སྐྱོར་བ་ནི། སེམས་ཅན་འཇིག་རྟེན་དེ་བཞིན་  
 དུ། །ཞེས་སོགས་རྟེན་པ་བཞི་གསུངས་ཏེ། དོན་ནི། འགྲེལ་པར། སེམས་ཅན་  
 དང་སྒྲོད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་གྱི་བྱེ་བྲག་གིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་རྣམ་པ་གཉིས་  
 ལ། ཞེས་པ་ནས། སངས་རྒྱས་ཞིང་རྣམ་པར་དག་པའོ། །ཞེས་པའི་བར་  
 གསུང་། འཕྲོས་ནི། ཇི་ལྟར་ན་བྱང་ཆེན་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་དུག་རྫོགས་པར་  
 བབྱིད་ཅིང་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་དང་ཉེ་བ་ལགས་ཞེས་པ་ནས།

ཅི་ནས་ཀྱང་བདག་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་  
མངོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་དེ་ན་སེམས་  
ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཉེས་པ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་དུ་ཐམས་ཅད་མི་འབྱུང་ཞིང་།  
ཞེས་སོགས་དང་། གཞུང་གི་བྱེ་མ་ངེས་ཅིག་ཡོད་པ་དེ་སྙེད་ཀྱི་འཇིག་  
རྟེན་ཀྱི་ཁམས་བདག་གི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་གཅིག་ཏུ་འབྱུང་བ་དེ་ལྟར་པ་  
རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་དུག་ལ་སྤྱད་པར་བྱའོ། །ཞེས་སོགས་ལས་འབྲེལ་སོ། །

འདིའི་སྐབས་སུ་གཉིས། ཆིག་དོན་དང་མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་ནི།  
ས་བརྒྱད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་ནི་དག་པ་ཉིད་ཀྱི་  
སྦྱོར་བ་ཡིན་ཏེ། སེམས་ཅན་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་མ་དག་པ་རྣམས་དག་པར་འབྱུང་  
པར་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་སྦྱོད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་མ་དག་པ་དེ་ལ་དག་པར་སྦྱབ་པ་  
ཡི་དགོ་ཅུ་བསགས་ནས་ཐོབ་པའི་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་བྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་རང་  
ཉིད་གང་དུ་འཆང་རྒྱ་བའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་དག་པ་ཡོད་ན། རང་ཉིད་ཞིང་  
དག་སྦྱོར་བ་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པས་བྱུང་བ་ཟེར་ན། ཉན་ཐོས་ཆོགས་ལམ་  
པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། རང་ཉིད་སངས་རྒྱས་པའི་ཞིང་  
ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། རང་ཉིད་སངས་རྒྱས་པ་ཡོད་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་  
ཞིང་དག་སྦྱོར་བ་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། ཞིང་དག་སྦྱོར་བ་ལ་གནས་པའི་

གང་ཟག་ཡིན་པས་ཁྲབ་ཟེར་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཆོས་ཅན། དེར་  
 ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དག་ས་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་  
 ན། བྱང་སེམས་འཕགས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ ཞིང་  
 དག་སྒྲོར་བ་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། རང་ཉིད་གང་དུ་འཆང་རྒྱ་བའི་ཞིང་  
 སྒྲུབ་དགོས་ཡིན་པས་ཁྲབ་ཟེར་ན། ས་བརྒྱད་པ་བ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་  
 ཕྱིར། འདོད་ན། རང་ཉིད་གང་དུ་འཆང་རྒྱ་བའི་ཞིང་མ་བསྒྲུབས་པར་ཐལ།  
 འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་ཅིག་ དེ་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་ ཡིན་ན།  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་དག་པ་ཁོ་ན་སྒྲུབ་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པས་ཁྲབ་ཟེར་ན།  
 ཉོན་པ་ལྡན་ཐུབ་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེའི་  
 ཞིང་ལ་དག་པའི་ཞིང་གཅིག་དང་མ་དག་པའི་ཞིང་གཉིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
 དེར་ཐལ། དེ་དང་པོར་སངས་རྒྱས་པའི་ཡོངས་སྒྲུབ་ཞིང་གཅིག་དང་། དེ་  
 ལས་གཞན་པའི་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཞིང་གཅིག་ཀྱང་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་ཡོངས་སུ་དག་པ་  
 ཁྲད་པར་ཅན་སྒྲུབ་པའི་རུས་པ་ཅི་རིགས་རྫོགས་པའི་དག་སའི་ཡེ་ཤེས།  
 ཞིང་དག་སྒྲོར་བའི་མཆོན་ཉིད་དམ་ངོ་བོ་ཡིན།

༥ གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྒྲོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་ ས་བརྒྱད་པ་བ་ཆོས་ཅན།  
 རང་དུས་སུ་རང་ཉིད་ཀྱི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་སྒྲུབ་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་

ཞིང་སྐྱབ་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བེད་ན། ཁ་ཅིག་མ་བྱུང་བེད། འདོད་  
ན། དེ་ཆོས་ཅན། རང་དུས་སྤྱི་རང་ཉིད་སངས་རྒྱས་པའི་ཞིང་ཡོད་པར་ཐལ།  
འདོད་པའི་ཕྱིར་བེད་ན། མ་བྱུང་། འོ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། རང་ཉིད་སངས་རྒྱས་  
མ་ཐག་པའི་ཆོ། སྤྱལ་སྤྱོ་ཐོབ་པར་ཐལ། དེའི་སྤྱལ་སྤྱོ་ཐོབ་བེན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་  
པ་ཁས། འདོད་མི་བྱས་སོ། །ཞེས་དབྱུང་དོ། །

### བདུད་བཞི་བཙུམ་ཆུལ།

༥ གསུམ་པ་ཐབས་མཁས་སྦྱོར་བ་ནི། ཡུལ་དང་སྦྱོར་བ་ཅན་འདི་  
ནི། །ཞེས་པ་ནས། ཐབས་ལ་མཁས་པ་རྣམ་པ་བརྟུ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས་  
ཏེ། དོན་ནི། འགྲེལ་པར། བར་ཆད་གྱི་ཆོས་ལས་ཡང་དག་པར་བཀལ་བས་  
ལྷ་ལ་སོགས་པའི་བདུད་ལས་འདས་པ་དང་། །ཞེས་པ་ནས། དུས་དང་དུས་མ་  
ཡིན་པ་ཤེས་པའི་སྦྱོར་བ་ནི་ཐབས་ལ་མཁས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་  
གསུངས། འཕྲོས་ནི། གང་གི་ཆེ་བྱང་ཆེན་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་གྱི་མཆོག་དང་  
ལྷན་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་སོ་སོར་རྟོག་པ་ན་མངོན་དུ་བྱའོ་སྤྲུལ་དུ་རྟོག་པར་མི་  
བྱེད་ཅིང་། །ཞེས་པ་ནས། འདི་ལྟར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་  
ཆེན་པོ་གང་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་གྱི་བར་ལུང་བསྟན་པ་དེ་དག་ནི་རྣམ་  
པ་དེ་བཞིན་དུ་ལན་ལྟན་ཏེ་གང་རྣམ་པ་དེ་ལྟར་ལན་ལྟན་པ་དེ་དག་ནི་དགོ་  
བའི་རྩ་བ་འབར་བ་བསྐྱེད་པར་རིགས་པར་བྱའོ། །ཞེས་པའི་བར་གྱི་མདོ་

ལས་འབྲོས་སོ། །

འདིའི་སྐབས་སུ་གཉིས། ཆིག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་  
 བོ། རྣམ་པར་སྒོ་གསུམ་སོགས་ཤར་ཕྱིན་གྱི་ཡུལ་དང་དེ་ལ་ཡུལ་ཅན་གྱི་  
 དུས་དང་དུས་མ་ཡིན་པར་མཁས་པའི་སྒྲུང་བ་ཅན་གྱི་དག་པའི་སྒྲུང་བ་འདི་  
 བོ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་ཐབས་ལ་མཁས་པའི་སྒྲུང་བ་རྣམ་པ་བཙུ་ཡོད་དེ། ཡུང་  
 པོའི་བདུད་མངོན་གྱུར་པ་ལ་སོགས་པ་བདུད་བཞིའི་དབྱ་ཅི་རིགས་རྣམས་  
 ལས་ནི་འདས་པའི་ཐབས་མཁས་སྒྲུང་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
 ལ་དོན་དམ་པར་མི་གནས་པར་ཐ་སྙད་དུ་སྒྲུང་བའི་སྒྲུང་བ་དང་། གཞན་གྱི་  
 དོན་སྒྲོན་སྒྲོན་ལམ་བཟུབ་པ་རྩི་བཞིན་ཤུགས་ཀྱིས་འཕངས་པའི་བྱེད་པ་དང་  
 ལྡན་པ་དང་། ཉན་རང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་གྱི་དཀའ་  
 སྒྲུད་གོམས་པ་དང་། ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་བདེན་འཛིན་གྱིས་མ་ཆགས་པ་  
 དང་། རྣམ་པར་ཐར་པའི་སྒོ་སྒྲོང་བ་ཉིད་ཀྱིས་འདུས་བྱས་གྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
 གྱི་ངོ་བོ་དོན་དམ་པར་མི་དམིགས་པར་རྟོགས་པ་དང་། མཆན་མེད་ཀྱིས་  
 རྒྱུའི་མཆན་མ་དོན་དམ་པར་མེད་པར་རྟོགས་པ་དང་། སྒྲོན་མེད་ཀྱིས་འབྲས་  
 བུ་ལ་དོན་དམ་པར་སྒྲུན་ཤི། ཟད་པ་སྟེ་མེད་པར་རྟོགས་པ་དང་། རང་ཉིད་ཕྱིར་  
 མི་ལྟོག་པ་ཡིན་པ་དེ་ཡི་རྟགས་ཁྱུད་པར་ཅན་དང་ལྡན་པ་དང་། རིག་པའི་  
 གནས་ལྡེ་ལ་མཁས་པའི་རྟོགས་པ་ཆད་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐབས་མཁས་



སྒྲོར་བ་དང་རྣམ་མཁུན་ཡོད་པའི་བྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་ན་རེ།  
བདུད་བཞི་གང་རུང་ཡིན་ན། སྤང་བྱ་ཡིན་པས་སྤྱབ་ཟེར་ན། ས་བརྩུ་བའི་  
མཚན་དཔེ་རྗེས་མཐུན་པས་སྤྱས་པའི་ལུས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར།  
དེར་ཐལ། སྤང་པོའི་བདུད་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། སྤང་པོའི་བདུད་སྤྱ་མོ་  
ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། སྤང་བྱ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཆོག་ས་  
གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱབ་བྱའི་ལུས་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ན་རེ། སྤང་པོའི་བདུད་  
ཡིན་ན། བདུད་ཡིན་པས་སྤྱབ་ཟེར་ན། སྤང་བྱ་དེ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་  
བྱིར། ཏྲགས་གསལ་སྤྱ། གཞན་ཡང་། རྒྱན་ཞུགས་སྤྱིད་པ་ལན་བདུན་པ་པའི་  
ཉེར་ལེན་གྱི་སྤང་པོ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། སྤང་པོའི་  
བདུད་རགས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཉེར་ལེན་གྱི་སྤང་པོ་ཡིན་པའི་  
བྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་ཅིག་ཉོན་མོངས་པའི་བདུད་ཡིན་ན། ཉོན་མོངས་  
ཡིན་པས་སྤྱབ་ཟེར་ན། གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་གྱི་ས་བོན་ཆོས་ཅན། དེར་  
ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཉོན་སྤྱོད་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་ན། ཤེས་པ་ཡིན་  
པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་ཅིག་འཆི་བདག་གི་བདུད་  
ཡིན་ན། ལས་ཉོན་གྱི་འཆི་བས་བསྐྱས་པས་སྤྱབ་ཟེར་ན། ས་བརྩུ་བ་པའི་  
རྒྱུད་གྱི་བསམ་གྱིས་མི་སྤྱབ་པའི་འཆི་འཕོ་བའི་ཆ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་

ཕྱིར། དེར་ཐལ། འཆི་བདག་གི་བདུད་སྤྱོད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་མི་  
འཐད་པར་ཐལ། བྱང་སེམས་འཕགས་པ་ལས་ཉོན་གྱི་དབང་གིས་སྐྱེ་འཆི་  
བྱེད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག ལྷའི་བྱའི་བདུད་ཡིན་ན། ལྷའི་བྱའི་པས་  
ཁྱབ་ཟེར་ན། ལྷའི་བྱ་དགའ་རབ་དབང་ལྷག་གིས་དགོ་བའི་ལས་བྱེད་པ་ལ་  
བར་ཆད་རྩོམ་པའི་ཆ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ།  
གང་ཟག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། བདུད་བཞིའི་ཁྱད་པར་ཡོད་དེ། ཟག་  
བཅས་ལེན་གྱི་ཕྱང་པོ་ལྷ་པོ་དེ་ཕྱང་པོའི་བདུད་དང་། ཉོན་སྐྱབ་ཐམས་ཅད་  
ཉོན་མོངས་པའི་བདུད་དང་། ལྷའི་བྱ་དགའ་རབ་དབང་ལྷག་ལྷའི་བྱའི་བདུད་  
དང་། ལས་ཉོན་གྱི་དབང་གིས་སྒོག་དབང་འགགས་པའི་ཆ་དེ་འཆི་བདག་གི་  
བདུད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་དག་ནི་བདུད་བཞི་རགས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ལ། སྤ་  
མོའི་དབང་དུ་བྱས་ན། མ་རིག་བག་ཆགས་ཀྱི་ས་དང་ཟག་མེད་གྱི་ལས་ཀྱི་  
དབང་གིས་སྐྱེ་བ་སྦངས་པའི་ཕྱང་པོ་དེ། ཕྱང་པོའི་བདུད་སྤྱོད་དང་། མ་རིག་  
པའི་བག་ཆགས་སྤྱོད་དེ། ཉོན་མོངས་པའི་བདུད་སྤྱོད་དང་། ལྷའི་བྱའི་བདུད་  
སྤྱོད་གཉིས་ཀ་ཡིན་པར་བཤད། མ་རིག་བག་ཆགས་ཀྱི་ས་དང་ཟག་མེད་  
ཀྱི་ལས་ཀྱི་དབང་གིས་སྐྱེ་བ་སྦངས་པའི་ཕྱང་པོའི་རིགས་མཐུན་འདོར་བ་དེ་  
འཆི་བདག་གི་བདུད་སྤྱོད་འཛོག་ལ། བདུད་བཞི་རགས་པ་བཅོམ་ཚུལ་གྱི་

ཁྱད་པར་ཡོད་དེ། ཐེག་དམན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། ཐེག་དམན་གྱི་མཐོང་  
ལམ་ནས་སྣའི་བྱའི་བདུད་རིགས་པ་བཅོམ། ཐེག་དམན་དབྱ་བཅོམ་པའི་གོ་  
འཕང་ཐོབ་པའི་ཆེ་ཉོན་མོངས་པའི་བདུད་རིགས་པ་བཅོམ། ལྷག་མེད་ཟུང་  
འདས་ཐོབ་པའི་ཆེ་ཟུང་པོའི་བདུད་རིགས་པ་དང་། འཆི་བདག་གི་བདུད་  
རིགས་པ་བཅོམ་ལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། ཐེག་ཆེན་རིགས་ངེས་  
ཀྱིས་སྦྱོར་ལམ་པ་སྤྱིར་མི་སྡོག་པའི་རྟགས་ཐོབ་ནས་སྣའི་བྱའི་བདུད་རིགས་  
པ་བཅོམ། མཐོང་ལམ་ཐོབ་ནས་ཟུང་པོའི་བདུད་རིགས་པ་དང་། འཆི་བདག་  
གི་བདུད་རིགས་པ་བཅོམ། ས་བརྒྱད་པ་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་བདུད་རིགས་  
པ་ཅི་རིགས་པ་དང་མངོན་གྱུར་པ་བཅོམ་པ་དང་། བདུད་བཞི་སྤྱོད་མེ་མ་ལུས་  
བར་བཅོམ་པ་དེའི་སངས་རྒྱས་པ་དུས་མཉམ་པའི་བྱིར། བྱི་མ་དེར་ཐལ།  
ཆོག་གསལ་ལས། ཁྱོད་ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་པ་དང་དུས་མཉམ་པ་ཁོ་ནར་བདུད་  
བཞི་བཅོམ་པ་ལགས་སོ། །ཞེས་པ་དང་། རྣམ་བཤའ་ལས་ཀྱང་། བདུད་བཞི་  
མ་ལུས་པར་བཅོམ་པ་ནི་སངས་རྒྱས་ལ་ནའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར།  
འོན་ཀྱང་བདུད་བཞི་རིགས་པ་ནི། གསེར་འབྲེང་དང་། རྣམ་བཤའ་གཉིས་  
ཀར་གསལ་ལ། སྤྱོད་མེ་དེར་མི་གསལ་བས་འཛོག་མཆོམས་ཀྱང་མི་འདྲ་བ་  
སྒྲུང་ངོ། །བདེན་འཛིན་ནི། བདུད་བཞི་གང་ཡིན་མི་གསལ་ཡང་ཐལ་འགྱུར་  
བ་ལྟར་ན་ཉོན་མོངས་པའི་བདུད་རིགས་པ་ཡིན་ལ། ཉན་ཐོས་དབྱ་བཅོམ་

བས་ཉོན་མོངས་པའི་བདུད་རགས་པ་བཙམ་པར་བཤའ་བ་ལྟར་ན་དེ་མི་བདེ་  
བས་འདིར་ཉོན་མོངས་པའི་བདུད་ལྷ་མོར་བྱའོ། །ས་བརྒྱད་པའི་ཡེ་ཤེས་  
ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཐབས་མཁས་སྦྱོར་བ་ཡིན་ཏེ། བདུད་བཞི་མངོན་གྱུར་དང་  
རགས་པ་ཅི་རིགས་སྤངས་པའི་དག་སའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་བྱིར།

༥ གསུམ་པ་རྩོད་པ་སྤྱོད་བ་ལ། ཁ་ཅིག ས་བརྒྱད་པ་ནས་ཉོན་མོངས་  
པའི་བདུད་རགས་པ་བཙམ་པར་ཐལ། རྣམ་བཤའ་ལས། ས་བརྒྱད་པ་ཐོབ་  
ནས་བདུད་གཞན་གསུམ་རགས་པ་ལས་འདའ་ལ། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར།  
ཁྱབ་སྟེ། དེར་ལྟའི་བྱའི་བདུད་རགས་པ་ནི་བྱིར་མི་སྟོག་གི་རྟགས་ཐོབ་པའི་  
ཆེ་བཙམ་པར་བཤའ་བའི་བྱིར། འདོད་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ས་བརྒྱད་  
པ་བའི་རྒྱད་ལ་ཉོན་སྒྲིབ་ཡོད་པའི་བྱིར་གསུང་། ཁ་ཅིག ཉོན་མོངས་པའི་  
བདུད་ཡིན་ན། ཉོན་མོངས་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། ལྟའི་བྱའི་བདུད་ཡིན་ན།  
ལྟའི་བྱ་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ལྟའི་བྱའི་བདུད་མངོན་གྱུར་པ་ཡིན་  
ན། ལྟའི་བྱ་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར་ན་མ་ཁྱབ། ཁ་ཅིག ལས་ཉོན་གྱིས་སྤངས་  
པའི་སྟོག་དབང་འགག་པ་འཆི་བདག་གི་བདུད་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་དབང་  
གིས་སྟོག་དབང་འགག་པའི་ཆ་འཆི་བདག་གི་བདུད་ཡིན་པའི་བྱིར་ཟེར་ན།  
མ་ཁྱབ། འདོད་མི་རུས་ཏེ། འདུས་མ་བྱས་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། སྟོག་  
དབང་འགག་པ་འདུས་མ་བྱས་ཡིན་པའི་བྱིར་ཏེ། ལྷ་གྱ་འགགས་པ་འདུས་

མ་བྱས་ཡིན་པའི་བྱིར་ཏེ། དེ་ཞིག་པ་འདུས་མ་བྱས་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་  
ན་རེ། ལྷའི་བྱ་དགའ་རབ་དབང་ཕྱག་ཆོས་ཅན། སྤང་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། ལྷའི་  
བྱའི་བདུད་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། སྤང་བྱ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
སྤང་བྱ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ལྷ་ཡིན་པའི་བྱིར་ཟེར་ན། མ་ཁྱབ། ཡང་།  
ཁོ་ན་རེ། དེ་ཆོས་ཅན། སྤང་བྱ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འཆང་རྒྱ་བའི་བྱིར། ཟེར་  
ན། མ་ཁྱབ། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། སེམས་ཅན་ཡིན་པའི་བྱིར། ཟེར་ན། སྤྲིག་  
པའི་གྲོགས་པོ་ཆོས་ཅན། སྤང་བྱ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འཆང་རྒྱ་བའི་བྱིར།  
ཁྱབ་པ་ཁས། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། སྤང་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། སྤྲིག་པའི་  
གྲོགས་པོ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁྱབ་སྟེ། མདོ་ལས། སྤྲིག་པའི་གྲོགས་པོ་རྟག་ཏུ་  
སྤང་བྱ་ཞིང་། །དགེ་བའི་གྲོགས་པོ་དག་ལ་བརྟེན་པར་བྱ། །ཞེས་པ་དང་། རྗེ་  
ལྷ་མས། བདུད་ཀྱི་གཉེན་དུ་གྱུར་པའི་སྤྲིག་གྲོགས་དང་། །སྤང་ཅིག་ཅམ་ཡང་  
སྤང་པར་མ་གྱུར་གྱུར་ཅིག །ཅེས་གསུངས་པའི་བྱིར། །ཞེས་མདོན་རྟོགས་  
རྒྱན་གྱི་དགོངས་པ་གསལ་བར་བྱེད་པ་མཁས་པ་དགྲེས་པའི་མཆོད་སྤྱོད་  
ལས་སྐབས་བཞི་པའི་ཆོག་དོན་མཐའ་དཔྱོད་བྱང་འབྲེལ་དུ་བཞག་པ་རྫོགས་  
སོ།།



༡༡། །མདོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་གྱི་དགོངས་པ་གསལ་བར་

བྱེད་པ་མཁས་པ་དབྱེས་པའི་མཆོད་སྦྱིན་ལས་སྐབས་

ལྷ་པ་དྲུག་པ་བདུན་པ་གསུམ་གྱི་ཆིག་

དོན་མཐའ་དཔྱོད་བྱང་འབྲེལ་དུ་

བཤད་པ་བཞུགས་སོ།།

སྐབས་ལྷ་པ།

༥ སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ལ་ཕྱག་འཆའ་  
ལོ། །གཉིས་པ་ཅེ་སྒྱུར་བཤད་པ་ལ་གཉིས། སྒོན་འགོ་སྤྱིའི་རྣམ་གཞག་དང་།  
གཞུང་དོན་དངོས་བཤད་པའོ། །

གཞུང་སྤྱིའི་རྣམ་གཞག

༥ དང་པོ་ལ་གཉིས། སྒྱུར་བ་དང་། མཐའ་དཔྱོད་པའོ། །དང་པོ་ནི།  
ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། རྣམ་རྟོགས་སྒྱུར་བ་བཤད་ཅིན་པའི་འོག་དུ་ཅེ་སྒྱུར་  
འཆད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། མཁྱེན་གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་ལ་གོམས་པ་དབང་  
བསྐྱུར་མ་ཐོབ་པ་ཐོབ་སྤྱིར་དུ་སྒྲོམ་པའི་རྣམ་རྟོགས་སྒྱུར་བ་ལ་བརྟེན་ནས།  
མཁྱེན་གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་ལ་གོམས་པ་དབང་བསྐྱུར་ཐོབ་ཅིན་པའི་ཅེ་སྒྱུར་

འབྱུང་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་དེ་ལྟར་བཤད་པའི་བྱིར། དེ་སྐད་དུ་ཡང་། འགྲེལ་  
བ་ལས། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཛོན་པར་རྫོགས་པར་རྫོགས་པ་ཐོབ་པ་ལ།  
རབ་གྱི་མཐར་བྱིན་པའི་རྫོགས་པ་འབྱུང་བས། ཞེས་པ་ནས། ཅེ་མོའི་མཛོན་  
པར་རྫོགས་པ་ཞེས་པའི་བར་གསུངས་པའི་བྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག  
མཁྱེན་གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་ལ་གོམས་པ་དབང་བསྐྱར་ཐོབ་པའི་ཡེ་ཤེས། ཅེ་  
སྟོར་གྱི་མཚན་ཉིད་ཟེར་ན། མཁྱེན་གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་ལ་གོམས་པ་དབང་  
བསྐྱར་ཐོབ་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོགས་ལམ་ཆོས་ཅན། མཚོན་བྱ་དེར་ཐལ།  
མཚན་ཉིད་དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་  
ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཐོབ་པའི་དམན་ལམ་སྟོན་སོང་གི་ཐེག་  
ཆེན་གྱི་ཆོགས་ལམ་ཅིག་ཡོད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཐེག་ཆེན་གྱི་  
སྟོར་ལམ་མ་ཐོབ་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག ཅེ་སྟོར་ཡིན་ན། མཁྱེན་གསུམ་གྱི་རྣམ་  
པ་སྟོམ་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པས་བྱུང་ཟེར་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་  
མེད་ལམ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་འཕགས་  
པའི་མཁྱེན་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་ན། གཞི་ཤེས་གྱི་རྣམ་པ་སྟོམ་པའི་ཡེ་  
ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཐེག་ཆེན་གྱི་བར་  
ཆད་མེད་ལམ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག སྟོར་ལམ་ཡིན་ན། སྟོར་ལམ་ཅེ་སྟོར་

ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། ཐེག་དམན་གྱི་སྒྲོར་ལམ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་  
ཕྱིར། འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོར་ལམ་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། །དེ་བཞིན་དུ།  
མཐོང་ལམ་ཡིན་ན། མཐོང་ལམ་ཅེ་སྒྲོར་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་བ་སོགས་ལ་  
རིགས་འགྲོའོ།

༥ གཉིས་པ་རང་གི་ལུགས་ལ། ཐེག་ཆེན་སྒྲོར་ལམ་ཐོབ་པའི་གང་  
ཟག་གི་རྒྱུད་གྱི་མཁྱེན་གསུམ་གང་རུང་གི་རྣམ་པ་སྒྲོམ་པ་ལ་གོམས་པ་རབ་  
ཏུ་གྱུར་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟིན་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས། ཅེ་སྒྲོར་གྱི་  
མཆོད་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན། སྒྲོར་ལམ་ཅེ་སྒྲོར། མཐོང་ལམ་ཅེ་སྒྲོར། སྒྲོམ་  
ལམ་ཅེ་སྒྲོར། བར་ཆད་མེད་པའི་ཅེ་སྒྲོར་དང་བཞི་ཡོད། ས་མཆོམས་ནི།  
ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོར་ལམ་ནས་རྒྱན་མཐའི་བར་དུ་ཡོད།

༦ གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྒྲོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་མཁྱེན་གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་སྒྲོམ་  
པ་ལ་གོམས་པ་དབང་བསྐྱུར་ཐོབ་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོགས་ལམ་མེད་པར་  
ཐལ། དེ་ལྟ་བུའི་དམན་ལམ་སྒྲོན་མ་སོང་གི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོགས་ལམ་མེད་  
པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྱབ། ཁ་ཅིག་སྒྲོར་ལམ་ཡིན་ན། སྒྲོར་ལམ་ཅེ་སྒྲོར་  
ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོར་ལམ་ཡིན་ན། སྒྲོར་ལམ་ཅེ་སྒྲོར་  
ཡིན་དགོས། དེའི་མཐོང་ལམ་ཡིན་ན། མཐོང་ལམ་ཅེ་སྒྲོར་ཡིན་དགོས་པའི་  
ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྱབ་ལོ། །

གཉིས་པ་ལ་བཞི། སྦྱོར་ལམ་ཅེ་སྦྱོར། མཐོང་ལམ་ཅེ་སྦྱོར། སྒོམ་  
ལམ་ཅེ་སྦྱོར། བར་ཆད་མེད་པའི་ཅེ་སྦྱོར་རོ། །དང་པོ་ནི། རྩོད་སོགས་བཞི་  
ནི་རིམ་པ་བཞིན་དུ་འཆད་པ་ལ། མི་ལམ་ན་ཡང་ཆོས་རྣམས་ཀྱིས། །ཞེས་  
སོགས་རྟེན་པ་བཞིས་རྩོད་ཅེ་སྦྱོར་དང་། འཇམ་བུའི་སྤྱིང་གི་སྦྱེ་བོ་སྟེད། །  
ཅེས་སོགས་རྟེན་པ་བཞིས་ཅེ་མོ་དང་། ཀྱན་མཁྱེན་ཉིད་གསུམ་ཆོས་རྣམས་  
ཀྱི། །ཞེས་སོགས་རྟེན་པ་བཞིས་བཟོད་པ་དང་། སྤྱིང་བཞི་པ་དང་སྦྱོང་དག་  
དང་། །ཞེས་སོགས་རྟེན་པ་བཞིས་ཆོས་མཆོག་ཅེ་སྦྱོར་འཆད་ལ། དང་པོའི་  
དོན་ནི། འགྲེལ་པ་ལས། །ཞིན་དུ་གོམས་པའི་མི་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་ན་  
ཡང་ཆོས་ཐམས་ཅད་མི་ལམ་དང་འདྲ་བ་ལ་སོགས་པར་ལྟ་བ་དང་། །ཞེས་པ་  
ནས། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ལ་ཉེ་བར་གྱུར་པ་ཞེས་པའི་བར་གསུང་།  
གཉིས་པ་ནི། འཇམ་བུའི་སྤྱིང་ལ་སོགས་པ། །ཞེས་པ་ནས། མེ་ཏོག་ལ་སོགས་  
པས་སངས་རྒྱས་མཆོད་པའི་དགོ་བ་ལ་སོགས་ཞེས་པའི་བར་གསུང་།  
གསུམ་པ་ནི། དེ་ལྟར་ཡང་དག་པའི་ཐབས་ལ་མཁས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས། །ཞེས་  
པ་ནས། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་གསུམ་གྱི་ཆོས་སེམས་བསྐྱེད་ལ་སོགས་  
པ་ཞེས་པའི་བར་གསུང་། བཞི་པ་ནི། ཆད་སྤོང་པ་ནི་སྤང་ཆད་ཀྱིས་གཞུང་  
བར་རྒྱས་སོ། །ཞེས་པ་ནས། བསོད་ནམས་མང་པོ་ཉིད་ཀྱིས་ཉིང་དེ་འཛིན་  
གྱི་མཆོན་ཉིད་བརྗོད་པ་ནི་སེམས་ཀྱན་དུ་གནས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་

གསུང་། དེ་དག་གང་ལས་འཕྲོས་པ་ཡང་། དང་པོ་ནི། རབ་འབྱོར་བྱང་ཆེན་  
 མི་ལམ་ན་ཡང་ཆོས་ཐམས་ཅད་མི་ལམ་དང་འདྲ་བ་ཉིད་དུ་གླ། ཞེས་སོགས་  
 དང་། གཉིས་པ་ནི། གལ་ཏེ་འཇམ་བུའི་གླིང་གི་སེམས་ཅན་རི་སྟེང་པ་དེ་དག་  
 ཐམས་ཅད་སྒྲ་ཕྱི་མེད་པར་མི་ལུས་ཐོབ་པར་གྱུར་ཏེ། སངས་རྒྱས་སུ་གྱུར།  
 ཅེས་སོགས་དང་། གསུམ་པ་ནི། དགོ་བའི་རྩ་བ་འདིས་གང་ཟག་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའི་ཐེག་པ་བ་གང་གིས། སྒྲ་མེད་རྫོགས་བྱང་དུ་དམིགས་པ་དེ་  
 དག་གིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་གྱུར་ཅིག།  
 ཅེས་སོགས་དང་། བཞི་པ་ནི། སྤྱད་པ་ལས། མི་ལྟོག་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ལ་  
 རབ་ཏུ་བཞུགས་པ་ཡི། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་མདོ་རྣམས་ལས་འཕྲོས་སོ། །

འདིའི་སྐབས་སུ་གཉིས། ཆིག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་  
 ནི། རིམ་པ་བཞིན་དུ་བཞི་ལས། རྫོད་རྩེས་ཐོབ་ལ་གནས་པའི་སེམས་དཔའ་  
 དབང་རྣམ་ཆོས་ཅན། རྫོད་རྩེ་སྦྱོར་ཐོབ་པ་ཡིན་ཏེ། སྒྲོམ་བྱང་གི་སྟོབས་ཀྱིས་  
 མི་ལམ་ན་ཡང་ཆོས་རྣམས་ཀྱན་མི་ལམ་ལྟ་བུར་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པའི་རྩེ་མོར་  
 ཕྱིན་པའི་སྦྱོར་བ་ཐོབ་པའི་ཏྲགས་རྣམ་པ་བཙུ་གཉིས་དག་ཏུ་མདོ་ལས་  
 བཞེད་པ་དང་ལྡན་པའི་སེམས་དཔའ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཞེས་པ་ནི། ཆིགས་  
 བཅད་དང་པོའི་དོན་དང་། རྩེ་མོ་ལ་གནས་པའི་སེམས་དཔའ་དབང་རྣམ་  
 ཆོས་ཅན། རྩེ་མོའི་རྩེ་སྦྱོར་ཐོབ་པ་ཡིན་ཏེ། འཇམ་བུའི་གླིང་གི་སྒྲེ་བོ་ལ་



སོགས་པ་སྟོང་གསུམ་གྱི་སེམས་ཅན་རི་སྟེང་གིས་སངས་རྒྱས་མཆོད་པའི་  
དགེ་བ་ལ་སོགས་པ་རྣམ་མང་དུ་ནི་དཔེར་མཛད་ནས་བསོད་ནམས་རྣམ་  
པར་འཕེལ་བ་བཙུ་བྱ་གི་བདག་ཉིད་ཐོབ་པའི་སེམས་དཔའ་ཡིན་པའི་བྱིར་  
ཞེས་པ་ནི། ཆོགས་བཅད་གཉིས་པའི་དོན་དང་། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་  
བཟོད་པ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་བརྟན་པའི་ཅེ་སྦྱོར་ཞེས་ནི་མདོ་ལས་མངོན་པར་  
བཟོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། གཞི་ཤེས་སོགས་ཀྱི་མཁྱེན་ཉིད་གསུམ་གྱི་  
ཆོས་རྣམས་ཀྱི་རྟོགས་རིགས་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པ་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཐོབ་ཅིང་  
སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པ་ཡོངས་སུ་མི་གཏོང་བ་ཐོབ་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་  
ངེས་འབྱེད་ཆ་མཐུན་གསུམ་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་ཞེས་པ་ནི་གསུམ་པའི་དོན་  
དང་། ཐེག་ཆེན་སྦྱོར་ལམ་ཆོས་མཆོག་པའི་རྒྱད་གྱི་ཉིང་ངེ་འཛིན་བྱང་པར་  
ཅན་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་མདོ་ལས་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཞེས་ཡོངས་སུ་བསྒྲགས་པ་  
ཡིན་ཏེ། སྤང་བཞི་པ་དང་སྟོང་དང་པོ་དག་དང་། སྟོང་གཉིས་པ་དང་སྟོང་  
གསུམ་གྱིས་དག་སྤང་བྱངས་གྱིས་གཞལ་བ་དང་ཚུ་སྐྱ་ཅེས་གཞལ་རུས་པ་  
དཔེར་མཛད་ནས། དེ་བས་ཀྱང་བྱང་སེམས་བཞིའི་དགེ་བ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་  
རང་བའི་བསོད་ནམས་མང་པོ་ཉིད་གྱིས་ནི་མཆོན་ནས་བསྟན་པའི་ཐེག་ཆེན་  
གྱི་ངེས་ཆ་བཞི་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་ཞེས་པ་ནི་བཞི་པའི་དོན་ནོ། །རྟགས་གྱི་  
བྱངས་འོག་ཏུ་འཆད་པར་འགྱུར་རོ། །

༺ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ་ཁ་ཅིག་ མི་  
 ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་ཆོས་ཐམས་ཅད་བདེན་མེད་མི་ལམ་ལྟ་བུར་ལྟ་བ་  
 སོགས་རྟགས་བཙུ་གཉིས་དང་ལྡན་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་དེས་ཆ་དང་པོ། རྫོང་ཅེ་  
 སྒྱུར་གྱི་མཆན་ཉིད་ཟེར་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྱུར་ལམ་རྫོང་ཐོབ་མ་ཐག་པའི་ཡེ་  
 ཞེས་ཆོས་ཅན། མཆན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་  
 ཆེན་གྱི་སྒྱུར་ལམ་རྫོང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེས་དེ་འདྲ་བའི་རྟགས་  
 བཙུ་གཉིས་པོ་ཐོབ་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེས་མི་ལམ་གྱི་  
 རྟགས་དེ་ཐོབ་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེས་ཐེག་ཆེན་  
 གྱི་སྒྱུར་ལམ་རྗེས་ཐོབ་ཡེ་ཞེས་མ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ མི་ལམ་དུ་ཆོས་  
 ཐམས་ཅད་བདེན་མེད་དུ་ལྟ་བའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྱུར་ལམ་  
 རྫོང་ཐོབ་ཟིན་པས་བྱུང་བེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། བྱང་སེམས་ཆོགས་  
 ལམ་བས་མི་ལམ་དུ་ཆོས་ཐམས་ཅད་བདེན་མེད་དུ་ལྟ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
 དེར་ཐལ། དེས་མི་ལམ་དུ་སྒྱུར་ཉིད་སྒྲོམ་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ རྫོང་ཅེ་  
 སྒྱུར་གྱི་རྟགས་བཙུ་གཉིས་པོ་དེ། རྫོང་ཅེ་སྒྱུར་མ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། འགྲེལ་ཆེན་ལས། རྟགས་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ཀྱང་རྫོ་བ་ལ་སོགས་  
 པའི་རང་བཞིན་ཡིན་པར་ཞེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་  
 བསོད་ནམས་རྣམ་པར་འཕེལ་བ་སོགས་རྟགས་བཙུ་བྱ་གིས་མཆོན་ཏེ་

བསྟན་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ངེས་ཆ་གཉིས་པ། ཅེ་མའི་ཅེ་སྦྱར་གྱི་མཆན་ཉིད་  
ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། སྤྱིའི་རྣམ་འཕེལ་བརྒྱད་ཅུ་མ་གྱིས་མཆོན་ཏེ་  
བསྟན་པའི་ཅེ་མའི་ཅེ་སྦྱར་ཡོད་པའི་སྤྱིར། ཁ་ཅིག་ཐབས་ཤེས་གྱི་རྟོགས་པ་  
བརྟན་པོ་གཉིས་དང་ལྡན་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ངེས་ཆ་གསུམ་པ། བཟོད་པའི་ཅེ་  
སྦྱར་གྱི་མཆན་ཉིད་ཟེར་ན། འོ་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱར་ལམ་བཟོད་པ་ལ་གནས་  
པའི་སེམས་དཔའ་ཡིན་ན། རང་རྒྱུད་ལ་ཐབས་ཤེས་གྱི་རྟོགས་པ་བརྟན་པོ་  
གཉིས་ཡོད་པས་བྱུང་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། དེ་  
ཡིན་ན། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་རྒྱུད་ལྡན་ཡིན་  
དགོས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན་སྤྲོད། །ཁ་ཅིག་ཉིང་ངེ་འཇིན་ལ་  
སེམས་ཀྱན་ཏུ་གནས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ངེས་ཆ་བཞི་པ། ཆོས་མཆོག་ཅེ་  
སྦྱར་གྱི་མཆན་ཉིད་ཟེར་ན། ཉིང་ངེ་འཇིན་ལ་མཉམ་པར་མ་བཞག་པའི་ཐེག་  
ཆེན་གྱི་སྦྱར་ལམ་ཆོས་མཆོག་ཆོས་ཅན། མཆན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་  
དེའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱར་ལམ་ཆོས་མཆོག་ཡིན་པའི་སྤྱིར།  
འདོད་མི་བྱས་སོ། །

༥ གཉིས་པ་རང་གི་ལུགས་ལ། ཆི་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་ཆོས་  
ཐམས་ཅད་བདེན་མེད་ཆི་ལམ་ལྟ་བུར་ལྟ་བ་ལ་སོགས་པའི་རྟོགས་བརྒྱ་  
གཉིས་པོ་གང་རུང་ཐོབ་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ངེས་ཆ་དང་པོ་དོད་ཅེ་སྦྱར་གྱི་

མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་རྟགས་བཙུ་གཉིས་ཡོད་དེ། མི་ལམ་ན་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
 བདེན་མེད་མི་ལམ་ལྟ་བུར་ལྟ་བ་དང་། མི་ལམ་ན་དམན་པའི་ལམ་དོན་གཉེར་  
 ལ་དགའ་བ་མི་བསྐྱེད་པ་དང་། དེར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་འཁོར་བཅས་  
 མཐོང་བ་དང་། དེར་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་རྩུ་འབྲུལ་སྟོན་པ་མཐོང་བ་དང་། དེར་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཆོས་སྟོན་པ་མཐོང་བ་དང་། དེར་ངན་སོང་མཐོང་ནས་དེ་  
 སྟོང་བའི་སྟོན་ལམ་བྱེད་པ་དང་། མི་ལམ་དང་སད་པ་གང་རུང་ལ་གྲོང་བྱིར་  
 སོགས་མེས་ཆོག་པ་མཐོང་ནས་བདེན་པའི་བྱིན་རྒྱབས་ཀྱིས་དེ་དག་ཞི་  
 རུས་པ་དང་། མི་ལམ་སད་པའི་ཆེ་སེམས་ཅན་གཞན་མི་མ་ཡིན་ཀྱིས་བྱིན་  
 པ་རང་གིས་བདེན་སྟོབས་ཀྱིས་ཞི་རུས་པ་དང་། བདུད་ཀྱི་ལས་ཤེས་ཏེ་  
 བདུད་བེལ་ཀྱིས་གཞོན་པའི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པ་དང་། ཤེར་  
 ཕྱིན་ལ་སྟོབ་པ་དང་། ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་བདེན་པར་མི་ཞེན་པ་དང་། སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ལ་ཉེ་བར་གྱུར་བའི་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་པ་སྟེ་བཙུ་གཉིས་ཡོད་  
 པའི་ཕྱིར། བསོད་ནམས་རྣམ་པར་འཕེལ་བ་སོགས་རྟགས་བཙུ་བྱུག་པོ་གང་  
 རུང་ཐོབ་པའི་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་ངེས་ཆ་གཉིས་པ། ཅེ་མོའི་ཅེ་སྦྱོར་ཀྱི་མཆོན་ཉིད།  
 དེའི་རྟགས་བཙུ་བྱུག་ཡོད་དེ། སྟོང་གསུམ་ཀྱི་སེམས་ཅན་ཀྱི་གངས་དང་  
 མཉམ་པའི་སངས་རྒྱས་མཆོད་པའི་བསོད་ནམས་ལས་ལྷག་པ་ཐོབ་པ་དང་།  
 དེ་གོང་དུ་འཕེལ་བས་ཤེར་ཕྱིན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་མི་འབྲུལ་བ་དང་། སྟོང་

ཉིད་ལ་མི་སྐྱག་པའི་བཟོད་པ་ཐོབ་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་དང་དེ་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་ཆོས་  
དོན་དམ་པར་མི་དམིགས་པ་དང་། དགེ་བ་བརྟུ་དང་བསམ་གཏན་གཟུགས་  
མེད་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་དང་། འདོད་གཟུགས་ཀྱི་ལྷ་འོངས་ནས་སྤང་བ་  
དང་། བདུད་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་ཀུས་པ་དང་། བྱང་སེམས་དང་གྲོགས་གཅིག་  
པར་བསྐྱབ་པ་སྟེ་ཕྱི་འུ་ཉགས་གཙུ་ཐོར་གྱུར་པ་བརྒྱད་དང་། ཉན་རང་ཡིད་  
བྱེད་དང་བྲལ་བའི་ཐབས་ལ་མཁས་པ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་ཁྱད་  
པར་ཅན་དུ་གྱུར་པ་དང་། འབྲས་བུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་འགྱུར་བའི་རྒྱ་  
ཀུས་ལྷན་འབྲུབ་པ་དང་། ཕྱིན་དུག་གི་མི་མཐུན་སྟོགས་སེར་སྒྲ་སོགས་ཆེར་  
མི་སྦྱེ་བ་དང་། གཟུགས་སོགས་ཀྱི་ཆོས་ལ་བདེན་ཞེན་ཅི་རིགས་མི་སྦྱེ་བ་  
དང་། ཤེར་ཕྱིན་གྱིས་ཕྱིན་དུག་ལ་སྟོབ་ཚུལ་ཤེས་པ་དང་། ཐེག་པ་གསུམ་  
ཀྱི་རྟོགས་རིགས་ཤུན་སུམ་ཆོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཐོབ་པ་དང་། ཤེར་ཕྱིན་གྱི་  
མཐུས་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ལ་ཉེ་བ་ཐོབ་པ་སྟེ་ནང་གི་ཉགས་བརྒྱད་དང་  
བརྟུ་དུག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཐབས་ཤེས་ཀྱི་རྟོགས་པ་བརྟན་པོ་ཐོབ་པའི་ཐེག་  
ཆེན་གྱི་ངེས་ཆ་གསུམ་པ། བཟོད་པའི་ཅེ་སྦྱོར་གྱི་མཆན་ཉིད། ཐབས་ཁྱད་  
པར་ཅན་ནི་གཞན་དོན་སྐྱབ་ཀུས་པའི་སྤྱི་རྩེ་ཆེན་པོ་དང་། ཤེས་རབ་ནི་  
གཙུ་ཐོར་དབང་དུ་བྱས་ན་སྤྱི་རྩེ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་པོ། བསོད་ནམས་  
མང་པོས་མཆོན་ནས་བསྟན་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ངེས་ཆ་བཞི་པ། ཆོས་མཆོག་



# ཅེ་སྒྲོལ་གྱི་མཆན་ཉིད།

༥ གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྒྲོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོལ་ལམ་རྟོད་  
 ཐོབ་མ་ཐག་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱད་ལ་མི་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་ཆོས་  
 ཐམས་ཅད་བདེན་མེད་མི་ལམ་ལྟ་བུར་ལྟ་བའི་ལྟ་བ་ཡོད་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་  
 ལ་ཆོས་ཐམས་ཅད་བདེན་མེད་མི་ལམ་ལྟ་བུར་ལྟ་བའི་ལྟ་བ་ཡོད་པའི་བྱིར།  
 དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་ལ་ཆོས་ཐམས་ཅད་བདེན་མེད་དུ་ལྟ་བའི་ལྟ་བ་ཡོད་པའི་  
 བྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁུབ་སྟེ། དེའི་རྒྱད་ལ་ཀུན་རྫོབ་དངོས་ཡུལ་དུ་བྱེད་པའི་ཡེ་  
 ཞེས་མེད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོལ་ལམ་རྟོད་ཐོབ་མ་  
 ཐག་པ་དེའི་ཆེ་སྒྲོང་ཉིད་རྟོགས་བཞིན་པ་གང་ཞིག །གཉིད་ལ་གནས་བཞིན་  
 པར་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོལ་ལམ་ཐོབ་པ་དང་སྒྲོང་ཉིད་རྟོགས་པ་མི་འཐད་པའི་  
 བྱིར། ཁ་ཅིག་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོལ་ལམ་པའི་རྒྱད་ལ་མི་ལམ་གྱི་ཆེ་ཆོས་ཐམས་  
 ཅད་བདེན་མེད་དུ་ལྟ་བ་མེད་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་ལ་གཉིད་མེད་པའི་བྱིར།  
 དེར་ཐལ། དེ་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ཐོབ་ལ་མ་ཉམས་པའི་གང་ཟག་  
 ཡིན་པའི་བྱིར། ཁུབ་སྟེ། མཛོད་ལས། དེ་ལས་འགྲོད་གཉིད་མི་དག་རྣམས། །  
 བསམ་གཏན་དང་པོ་དག་ན་མེད། །ཅེས་གསུངས་པའི་བྱིར། ཟེར་ན། རྒྱུན་  
 མེད་དེ། དེའི་རྒྱད་ལ་བསམ་གཏན་དང་པོའི་སས་བསྐྱུས་ཀྱི་གཉིད་སོགས་  
 མེད་ཅེས་པའི་དོན་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ཐེག་ཆེན་གྱི་ངེས་ཆ་དང་པོ་ཡིན་

ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་རྫོད་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་  
བྱིར། འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་ཆོས་མཆོག་སྐད་ཅིག་དང་པོ་ཆོས་  
ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཟེར་ན།  
མ་བྱལ།

### སྤང་བྱ་རྟོག་པ།

༩ སྤང་བྱ་རྟོག་པ་གཉིས་པ་མཐོང་ལམ་ཅེ་སྦྱོར་བ་ཤད་པ་ལ་གཉིས།  
སྤང་བྱ་རྟོག་པ་བ་ཤད་པ། གཉིན་པོ་ཅེ་སྦྱོར་བ་ཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས།  
མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བ་ཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། འཇུག་པ་དང་ནི་  
ལྷོག་པ་ལ། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་རྒྱང་པ་བཞེས་གཟུང་རྟོག་མདོར་བསྟན། སོ་སོ་  
སྦྱེ་བོ་འཕགས་དབྱེ་བས། །ཞེས་པ་ནས། རོ་བོས་སྦྱང་པའི་མཆོན་ཉིད་དོ། །  
ཞེས་པའི་བར་གྱིས་འཛིན་རྟོག་མདོར་བསྟན་ཏོ། །དེ་གཉིས་ལས་དང་པོའི་  
དོན་ནི། འགྲེལ་བར། འཇུག་པ་དང་ལྷོག་པ་མི་དམིགས་པ་དང་། དམིགས་  
པའི་རོ་བོ་ཉིད་དག་ལ། །ཞེས་པ་ནས། རི་ལྷ་བ་མ་ཡིན་པའི་རོ་བོ་དག་ཏུ་ཤེས་  
པར་བྱའོ། །ཞེས་པའི་བར་དང་། གཉིས་པའི་དོན། སོ་སོ་སྦྱེ་བོ་དང་འཕགས་  
པའི་གང་ཟག་དག་གི་གོ་རིམ་བཞེན་དུ། །ཞེས་པ་ནས། རང་གི་རོ་བོ་དག་ཏུ་  
ཤེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུང་། འཕྲོས་ནི། གྱེ་མ་ཆེ་དང་ལྡན་པ་རབ་  
འབྱོར་བྱང་ཆེན་གང་ཡུམ་ལ་སྦྱོད་པ་དེ་ནི་སྦྱང་པོ་ལ་སྦྱོད་པའོ། །ཞེས་

སོགས་དང་། རི་ལྟར་གཉིས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་སུ་མི་འགྱུར་བ་དང་། གཉིས་སུ་མ་  
མཆིས་པའི་འདུ་ཤེས་སུ་མི་འགྱུར་བ་དེ་ལྟར་ཡོངས་སུ་བསྡོམས་བར་བཞུགས། །  
ཞེས་སོགས་ལས་འབྲེལ་སོ། །

འདི་ལ་གཉིས། མདོར་བསྟན་དང་པོའི་དོན་དང་། གཉིས་པའི་དོན་  
བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་གྱི་སྤང་བྱ་འཇུག་པ་གཟུང་  
ཉོག་དང་ནི་ལྡོག་པ་ལ་གཟུང་བའི་རྣམ་པར་ཉོག་པ་དེ་ཆོས་ཅན། སོ་སོ་དགྲུ་  
དགྲུ་ཡི་བདག་ཉིད་དུ་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། དམིགས་ཡུལ་གྱི་དབྱེ་བས་དགྲུ་དགྲུ་  
ཡོད་པའི་བྱིར། དེ་ཆོས་ཅན། རི་ལྟ་བུ་བཞེན་དུ་ཡུལ་གྱི་རང་བཞེན་འཛིན་པ་  
མ་ཡིན་པའི་བདག་ཉིད་དག་ཏུ་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། རང་གི་ཞེན་ཡུལ་ལ་འཇུག་  
བའི་ལོག་ཤེས་ཡིན་པའི་བྱིར། མདོར་བསྟན་གཉིས་པའི་དོན་ནི། སོ་སོའི་སྐྱེ་  
བོ་དང་འཕགས་པའི་རྟོན་ཅན་གྱི་དབྱེ་བས་སེམས་ཅན་རྗེས་ཡོད་དང་། སྐྱེས་  
བྱ་བཏགས་པར་ཡོད་པར་བདེན་པར་འཛིན་པའི་རྣམ་པར་ཉོག་པ་འཛིན་པའི་  
རྣམ་པར་ཉོག་པ་འཛིན་པ་དག་ཏུ་འདོད་པ་དེ་དག་ཆོས་ཅན། སོ་སོར་དགྲུ་  
དགྲུའི་བདག་ཉིད་དུ་ཡོད་དེ། དམིགས་ཡུལ་གྱི་དབྱེ་བས་དེ་ལྟར་ཡོད་པའི་  
བྱིར། ཉོག་པ་དེ་དག་ གནས་ཆོད་དང་མཐུན་པར་ཡུལ་གང་གི་འཛིན་པར་  
འདོད་པ་མི་རིགས་ཏེ། རྒྱ་མཚན་གཤམ་ཏེ་འཕགས་གང་གི་བྱིར་ན་ཉོག་པ་དེ་དག་  
གཟུང་དོན་དེ་བཞེན་དུ་མེད་པའི་ལོག་ཤེས་ཡིན་པའི་བྱིར་ཏེ། དེ་ལྟར་ཉོག་

པ་དེ་དག་རང་གི་ངི་ལྟར་ཞེན་པ་ལྟར་འཇིན་པའི་ངོ་བོས་སྟོང་ ༡༡། །པའི་  
མཚན་ཉིད་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟོག་པའི་དབྱེ་བ་ནི་འོག་ཏུ་འཆད་དོ། །

གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་གཉིས། གཟུང་རྟོག་དང་འཇིན་རྟོག་  
གོ་།དང་པོ་ལ་ཡང་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་ནི། ངོ་བོ་ཉིད་དང་རིགས་དང་ནི། །ཞེས་  
པ་ནས། རྣམ་རྟོག་དེ་ནི་རྣམ་དགུར་འདོད། །ཅེས་པའི་བར་གྱིས་འཇུག་པ་  
གཟུང་རྟོག་རྒྱས་པར་བཤད། སྤྱིད་དང་ཞི་བར་སྦྱང་བའི་ཕྱིར། །ཞེས་པ་ནས།  
ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་ཡིད་ལས་འབྱུང་། །ཞེས་པའི་བར་གྱིས་སྟོག་པ་གཟུང་  
རྟོག་རྒྱས་པར་བཤད་ལ། དང་པོའི་དོན་ནི་འགྲེལ་པར་དབེན་པས་དབེན་པ་  
མ་རྟོགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དང་། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་འཆད། གཉིས་པ་ནི། འཁོར་  
བ་དང་སྤྱང་ན་ལས་འདས་པ་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་ཏུ་སྦྱང་བ་ཉིད་ཀྱིས། ཞེས་  
སོགས་ཀྱིས་འཆད་དོ། །

འདི་ལ་གཉིས་ལས། རྒྱས་བཤད་དང་པོའི་དོན་ནི། བྱང་སེམས་ཀྱི་  
འཇུག་པའི་སྟོགས་ཀྱི་རྟོན་ཅན་གྱི་རྣམ་རྟོག་དེ་ནི་ཚས་ཅན། རྣམ་པ་དགུར་  
འདོད་པ་ཡིན་ཏེ། བྱང་སེམས་ཀྱི་འཇུག་བྱ་སྤྱིའི་ངོ་བོ་ཉིད་ལ་དམིགས་ནས་  
འཇུག་བྱར་བདེན་པར་ཞེན་པ་དང་། དེ་བཞིན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་སུ་  
ངེས་པ་དང་ནི། བྱང་སེམས་ཀྱི་ལམ་ནི་ཡང་དག་པར་འབྱུང་བ་དང་། ཤེས་  
པའི་དམིགས་པ་མ་འཁྲུལ་བ་དང་། མི་མཐུན་སྟོགས་འཛོམས་རྒྱས་ཤིང་

གཉིན་པོ་སྐྱེ་བ་དང་། རང་གི་རྟོགས་པ་མཐར་ཐུག་པ་དང་། གཞན་གྱི་དོན་  
 གྱེད་པའི་རྣམས་པ་དང་། གཞན་དོན་དེ་ཡི་ལས་སུ་བྱ་བ་དང་། གཞན་དོན་དེའི་  
 བྱ་བའི་འབྲས་བྱ་ལ་དམིགས་ནས་འཇུག་བྱར་བདེན་པར་ཞེན་པའི་རྣམས་པར་  
 རྟོག་པ་དང་དགྲ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པས་འཇུག་པ་གཟུང་རྟོག་རྒྱས་པར་  
 བཤད། གཉིས་པ་ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། ལྡོག་པའི་ཕྱོགས་ཀྱི་རྟོན་ཏེ་ཉན་  
 ཐོས་ལ་སོགས་པའི་ཡིད་ལས་འབྱུང་བ་དམན་པའི་ལམ་ལ་ལྡོག་བྱར་བདེན་  
 པར་འཇིན་པའི་རྣམས་རྟོག་འདི་ཆོས་ཅན། རྣམ་པ་དགྲ་ཡི་བདག་ཉིད་ཡོད་དེ།  
 སྲིད་པ་དང་ཞི་བར་ལྷུང་བའི་ཕྱིར་ན་ཐེག་ཆེན་ལས་རྟོགས་པ་དམན་པ་ཉིད་  
 ལ་དམིགས་ནས་ལྡོག་བྱར་བདེན་པར་ཞེན་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ལམ་ཁྱད་  
 པར་ཅན་གྱིས་ཡོངས་སུ་འཇིན་པ་མེད་པ་ལ་དམིགས་པ་དང་། གཞན་དོན་  
 སྐབ་པའི་ལམ་གྱི་རྣམས་པ་མ་ཆང་བ་ལ་དམིགས་པ་དང་། ཐར་པ་གཞན་གྱི་  
 རྟོན་གྱིས་འགོ་བ་ལ་དམིགས་པ་དང་། ཆེད་དུ་བྱ་བ་ཆེན་པོ་གསུམ་ལས་  
 ལོག་པ་ལ་དམིགས་པ་དང་། སྤངས་པ་ཉི་ཆེ་བའི་ལམ་ལ་དམིགས་པ་དང་།  
 རྟོགས་པ་མཐོ་དམན་སྒྲ་ཆོགས་པ་ཉིད་ལ་དམིགས་པ་དང་། ཞི་མཐའ་མངོན་  
 དུ་མ་བྱས་པར་ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་ལ་གནས་པ་དང་། འཇུག་པ་ལ་སྤོངས་པའི་  
 ལམ་ལ་དམིགས་པ་དང་། ཞི་མཐའ་མངོན་དུ་བྱས་པའི་རྩིས་ལ་རྣམས་མཁྱེན་  
 དུ་འགོ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་དམིགས་ནས་ལྡོག་བྱར་བདེན་པར་འཇིན་པའི་རྣམས་



རྟོག་དང་དགུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པས་ཞེས་སྒྲིབ་ལྟོག་པ་གཟུང་རྟོག་རྒྱས་  
པར་བཤད་དོ། །

གཉིས་པ་འཛིན་རྟོག་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་གཉིས། རྩས་འཛིན་རྟོག་  
པ་དང་། བཏགས་འཛིན་རྟོག་པ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། འཛིན་པ་དང་ནི་  
འདོར་བ་དང་། ཞེས་པ་ནས། འཛིན་པ་དང་པོར་ཞེས་པར་བྱ། ཞེས་པའི་  
བར་གསུང་། གཉིས་པ་ནི། ཆེད་བཞིན་ངེས་པར་མི་འབྱུང་དང་། ཞེས་པ་  
ནས། འཛིན་པའི་རྣམ་རྟོག་གཞན་ཡིན་ནོ། ཞེས་པའི་བར་གསུངས་ལ། དང་  
པོའི་དོན་ནི། འགྲེལ་པར། གྱུན་རྫོབ་ཏུ་སྤྱོད་མ་བཞིན་དུ་འཛིན་པ་དང་གཏོང་བ་  
དང་། ཞེས་སོགས་གསུང་།

གཉིས་པ་ནི། ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་ངེས་པར་འབྱུང་བ་ཉིད་ཀྱིས།  
ཞེས་སོགས་ཀྱིས་འཆད་དོ། །འདི་ལ་གཉིས་ཀྱི་དང་པོའི་དོན་ནི། འཛིན་པ་  
དང་པོ་རྩས་འཛིན་རྟོག་པ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་རྣམ་པ་དགུ་ཡོད་པར་ཞེས་  
པར་བྱ་སྟེ། གྱུན་རྫོབ་ཏུ་ཡོན་ཏན་འཛིན་པ་དང་དེའི་སྒྲིབ་འདོགས་པའི་གང་  
ཟག་ལ་དམིགས་ནས་བདེན་པར་འཛིན་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་གང་ཟག་ལ་  
སྤྱར་ཏེ་གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལ་དམིགས་པ་  
དང་། བདེན་པར་འཛིན་པའི་ཁམས་རྣམས་ནི་འདོད་ཁམས་སོགས་གསུམ་  
པོ་དག་དང་ཉེ་བར་འགྲེལ་བ་ལ་དམིགས་པ་དང་། ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་བདེན་

པར་བཟུང་ནས་གནས་པ་ལ་དམིགས་པ་དང་། དེ་ལ་བདེན་མེད་དུ་བདེན་  
 པར་མངོན་པར་ཞེན་པ་དང་། ཆོས་ཐམས་ཅད་ཐ་སྙད་དུ་ཆོས་ཀྱི་དངོས་པོ་  
 ཅམ་དུ་བཏགས་པ་ལ་དམིགས་པ་དང་། མི་མཐུན་སྟོགས་ལ་བདེན་པར་  
 ཆགས་པ་དང་། བདེན་འཛིན་གྱི་གཉེན་པོ་སྒྲོམ་པ་ལ་དམིགས་པ་དང་། རྣམ་  
 མཐེན་དུ་རི་ལྟར་འདོད་པ་བཞེན་སྒྱུར་དུ་འགོ་བ་ལས་ཉམས་པའི་གང་ཟག་  
 ལ་དམིགས་ནས་ལོངས་སྟོང་པ་པོར་བདེན་པར་ཞེན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་  
 དང་དགྲ་ཡོད་པའི་བྱིར་ཞེས་པའི་རྩ་ས་འཛིན་རྟོག་པ་དགྲ་རྒྱས་པར་བཞད།  
 གཉིས་པའི་དོན་ནི། འཛིན་པའི་རྣམ་རྟོག་གཞན་བཏགས་འཛིན་རྟོག་བ་ཆོས་  
 ཅན། བྱོད་ལ་རྣམ་པ་དགྲ་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། ཆེད་དུ་བྱ་བ་རི་ལྟར་བཞེན་དུ་  
 དེས་པར་མི་འབྲུང་བའི་སྐྱེས་བུ་བཏགས་ཡོད་ལ་དམིགས་ནས་བདེན་པར་  
 ཞེན་པ་དང་། དེ་བཞེན་དུ་ལམ་བྱེན་བྱག་ལ་ལམ་མ་ཡིན་པར་དེས་པར་  
 འཛིན་པའི་སྐྱེས་བུ་ལ་དམིགས་པ་དང་། རྒྱ་འགག་པ་དང་བཅས་པའི་འབྲས་  
 བུ་སྐྱེ་བར་ཞེན་པའི་སྐྱེས་བུ་ལ་དམིགས་པ་དང་། བདེན་འཛིན་གྱིས་བཅིངས་  
 པའི་ལམ་གྱི་དངོས་པོ་ལྡན་པ་དང་དེས་མ་བཅིངས་པའི་ལམ་གྱི་དངོས་པོ་མི་  
 ལྡན་པ་འཛིན་པའི་སྐྱེས་བུ་ལ་དམིགས་པ་དང་། གཟུགས་སོགས་ལ་བདེན་  
 པར་ཞེན་ཏེ་གནས་པའི་སྐྱེས་བུ་ལ་དམིགས་པ་དང་། ཐེག་དམན་གྱི་རིགས་  
 ནི་འཛིན་ཅིང་ཉམས་པར་ཞེན་པའི་སྐྱེས་བུ་ལ་དམིགས་པ་དང་། རྫོགས་བྱང་

དོན་དུ་གཉེར་བའི་འདོད་པ་མེད་པའི་སྐྱེས་བུ་ལ་དམིགས་པ་དང་། རྒྱ་ཤེར་  
ཕྱིན་སྐོམ་པ་མེད་པའི་སྐྱེས་བུ་ལ་དམིགས་པ་དང་། བདུད་སོགས་ཕྱིར་གྲོལ་  
བ་ལ་ནི་དམིགས་པའི་སྐྱེས་བུ་བཏགས་ཡོད་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པ་པོར་བདེན་  
པར་ཞེན་པའི་ནམ་རྟོག་དང་དགྲ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པས་བཏགས་འཛིན་  
རྟོག་པ་རྒྱས་པར་བཤད་དོ། །

འདིའི་སྐབས་སུ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག  
རང་གི་དམིགས་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་ཆོས་ལ་དམིགས་ནས་དེ་བདེན་པར་  
འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་སྤང་བྱ་རྟོག་  
པའི་མཆན་ཉིད། ཟེར་ན། གཟུང་རྟོག་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་  
སྟན་སྐྱེས་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ། མཆན་ཉིད་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། རྟོག་པ་ཀུན་བཏགས་ཡིན་པར་ཐལ།  
འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་ཅིག འཇུག་པ་དང་ནི་ལྷོག་པ་ལ། །  
ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་ནས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཤེས་སྤྱོད་ལ་གཟུང་  
རྟོག་ཡིན་ན། ཤེས་སྤྱོད་ལྷོག་པ་གཟུང་རྟོག་ཡིན་པས་བྱུང་བའི་ཟེར་ན། འོ་ན། དེ་  
ཡིན་ན། རང་གི་དམིགས་ཡུལ་ལྷོག་བྱའི་ཆོས་ལ་དམིགས་ནས་བདེན་པར་  
འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར།  
འདོད་ན། མི་མཐུན་སྤྱོད་ཀྱི་གཞི་ཤེས་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་

ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་ཕྱིར། བྱབ་སྟེ། མི་  
 མཐུན་ཕྱོགས་ཀྱི་བཞི་ཤེས་དེ་བྱང་སེམས་ལམ་གྱི་ཕྱོག་བྱའི་ཆོས་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། འདོད་ན། མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀྱི་བཞི་ཤེས་དེ་ཕྱོག་བྱའི་ཆོས་ཡིན་པར་  
 ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། འཇུག་བྱའི་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 དེར་ཐལ། ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་འཇུག་བྱའི་ཆོས་བདེན་པར་འཇིན་  
 པའི་བདེན་འཇིན་དེ། ཤེས་སྒྲིབ་འཇུག་པ་གཟུང་རྟོག་གི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན།  
 ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་བདེན་པར་འཇིན་པའི་བདེན་འཇིན་ཆོས་ཅན།  
 མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། མི་འཐད་པར་ཐལ།  
 ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་འཇིན་པའི་རྟོག་པ་དེ། འཇུག་བྱའི་ཆོས་འཇིན་པའི་  
 རྟོག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་རང་གི་དམིགས་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་འཇུག་  
 བྱའི་ཆོས་ལ་དམིགས་ནས་འཇུག་བྱར་བདེན་པར་འཇིན་པའི་བདེན་འཇིན།  
 ཤེས་སྒྲིབ་འཇུག་པ་གཟུང་རྟོག་གི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། ཉན་ཐོས་ཀྱི་མཐོང་  
 ལམ་ལ་དམིགས་ནས་སྦྱར་བདེན་པར་འཇིན་ཀྱང་འཇུག་བྱར་བདེན་པར་མི་  
 འཇིན་པའི་རྟོག་པ་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། རྟག་  
 གསལ་སྦྱོར། །ཁ་ཅིག་རང་གི་དམིགས་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་བྱང་སེམས་ལམ་  
 ཀྱི་འཇུག་བྱའི་ཆོས་ལ་དམིགས་ནས་འཇུག་བྱར་བདེན་པར་འཇིན་པའི་  
 བདེན་འཇིན་ཀྱན་བཏགས་དེ། ཤེས་སྒྲིབ་འཇུག་པ་གཟུང་རྟོག་གི་མཆོན་

ཉིད་ཟེར་ན། ཉན་ཐོས་ཀྱི་མཐོང་ལམ་འཇུག་བྱར་བདེན་པར་འཛིན་པའི་  
བདེན་འཛིན་ཀྱན་བཏགས་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་  
ཕྱིར། འདོད་ན། ཉན་ཐོས་ཀྱི་མཐོང་ལམ་དེ་བྱང་སེམས་ལམ་ཀྱི་འཇུག་བྱ་  
ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེའི་ལྷོག་བྱ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། ཁ་ཅིག རང་གི་དམིགས་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་འཇུག་བྱའི་ཆོས་ལ་  
དམིགས་ནས་བྱང་སེམས་ལམ་ཀྱི་འཇུག་བྱར་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་  
འཛིན་ཀྱན་བཏགས། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཤེས་སྒྲིབ་འཇུག་  
པ་གཟུང་ཏྱིག་གི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། ཉན་ཐོས་ཀྱི་མཐོང་ལམ་བྱང་སེམས་  
ལམ་ཀྱི་འཇུག་བྱར་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདག་འཛིན་ཀྱན་བཏགས་ཆོས་  
ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ། མཆོན་ཉིད་དེའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེ་བདེན་  
འཛིན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་མཐོང་ལམ་དེ་ཐ་སྙད་ཅམ་  
དུ་ཡང་བྱང་སེམས་ལམ་ཀྱི་འཇུག་བྱ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་བཞིན་དུ་འོག་མ་  
ལ་ཡང་རིགས་པ་སྒྲིབ། ཁ་ཅིག ཉན་ཐོས་ཀྱི་མཐོང་ལམ་ལྷོག་བྱར་བདེན་  
པར་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་དེ། བདེན་འཛིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། དེ་མི་  
འཐད་པར་ཐལ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་མཐོང་ལམ་ལྷོག་བྱར་བདེན་པར་མེད་པ་སྟོང་  
ཉིད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་མཐོང་ལམ་ལྷོག་བྱ་མ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག སྐབས་འདིར་བསྟན་པའི་གཟུང་ཏྱིག་དང་། འཛིན་ཏྱིག་



འགལ་ལོ་ཟེར་ན། དེ་མི་འགལ་བར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་ལ་  
 དམིགས་ནས་ལོངས་སྤྱད་བྱ་དང་ལོངས་སྤྱོད་བྱེད་གཉིས་ཀར་བདེན་པར་  
 འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་ཀྱན་བཏགས་དེ། དེ་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་  
 ཐལ། སྐབས་འདིར་བསྟན་པའི་གཟུང་རྟོག་གང་ཞིག འཛིན་རྟོག་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། ཁ་ཅིག སོ་སའི་སྐྱེ་བོ་འཕགས་དབྱེ་པས། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་རྩས་  
 འཛིན་སོ་སྐྱེ་ཁོ་ན་དང་། བཏགས་འཛིན་འཕགས་པ་ཁོ་ནའི་རྒྱད་ལ་ཡོད་པར་  
 བསྟན་པ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། འཕགས་པའི་རྒྱད་ལ་རྩས་  
 འཛིན་དང་། སོ་སྐྱེའི་རྒྱད་ལ་བཏགས་འཛིན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 འཕགས་རྒྱད་ལ་གང་ཟག་རང་རྒྱ་ཐུབ་པའི་རྩས་ཡོད་དུ་འཛིན་པའི་རྟོག་པ་  
 དང་། སོ་སྐྱེའི་རྒྱད་ལ་གང་ཟག་རང་གི་ཕྱང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་ཡོད་  
 དུ་འཛིན་པའི་ཤེས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་ལྷགས་ལ། རང་གི་དམིགས་ལྷལ་དུ་གྱུར་པའི་ཆོས་  
 ཅན་ཆོད་གྲུབ་པ་ལ་དམིགས་ནས་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་ཀྱན་  
 བཏགས། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཤེས་སྤྱོད་རྟོག་པའི་མཆོན་  
 ཉིད། དེ་ལ་དེར་གྱུར་པའི་གཟུང་རྟོག་དང་འཛིན་རྟོག་གཉིས་ཡོད། རང་གི་  
 དམིགས་ལྷལ་དུ་གྱུར་པའི་བྱང་སེམས་ལམ་ལ་སྟོས་པའི་འཇུག་བྱའི་ཆོས་  
 ལ་དམིགས་ནས་བྱང་སེམས་ལམ་ལ་སྟོས་པའི་འཇུག་བྱར་བདེན་པར་

འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་ཀྱན་བཏགས། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་  
ཤེས་སྒྲིབ་འཇུག་པ་གཟུང་རྟོག་གི་མཆོན་ཉིད། མཆོན་གཞི་ནི། ཐེག་ཆེན་གྱི་  
ཆོགས་ལམ་བྱང་སེམས་ལམ་གྱི་འཇུག་བྱར་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་  
འཛིན་ཀྱན་བཏགས་ལྟ་བུ། རང་གི་དམིགས་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་བྱང་སེམས་  
ལམ་ལ་ལྟོས་པའི་ལྷོག་བྱའི་ཆོས་ལ་དམིགས་ནས་བྱང་སེམས་ལམ་ལ་ལྟོས་  
པའི་ལྷོག་བྱར་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་ཀྱན་བཏགས། སྐབས་  
འདིར་བསྟན་པའི་ཤེས་སྒྲིབ་ལྷོག་པ་གཟུང་རྟོག་གི་མཆོན་ཉིད། མཆོན་གཞི་  
ནི། ཉན་ཐོས་གྱི་ཆོགས་ལམ་ལ་དམིགས་ནས་བྱང་སེམས་ལམ་གྱི་ལྷོག་  
བྱར་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་ཀྱན་བཏགས་ལྟ་བུ། རང་གི་དམིགས་  
ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་རྣམ་འཛིན་ལ་དམིགས་ནས་ལོངས་སྤྱོད་པ་པོར་བདེན་  
པར་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་ཀྱན་བཏགས། སྐབས་འདིར་བསྟན་པའི་ཤེས་  
སྒྲིབ་རྣམ་འཛིན་རྟོག་པའི་མཆོན་ཉིད། མཆོན་གཞི་ནི། གང་ཟག་གི་བདག་  
འཛིན་ལོངས་སྤྱོད་པ་པོར་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་ཀྱན་བཏགས་  
ལྟ་བུ། རང་གི་དམིགས་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་བཏགས་འཛིན་ལ་དམིགས་ནས་  
ལོངས་སྤྱོད་པ་པོར་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་ཀྱན་བཏགས།  
སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཤེས་སྒྲིབ་བཏགས་འཛིན་རྟོག་པའི་  
མཆོན་ཉིད། མཆོན་གཞི་ནི། གང་ཟག་བཏགས་ཡོད་དུ་ལོངས་སྤྱོད་པ་པོར་

བདེན་པར་འཇིན་པའི་བདེན་འཇིན་ཀྱན་བཏགས་ལྟ་བུར།

༺ གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྒྲོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག དི་བོང་རྩ་བདེན་པར་འཇིན་པའི་བདེན་འཇིན་ཀྱན་བཏགས་ཆོས་ཅན། རང་གི་དམིགས་ལུལ་དུ་གྱུར་པའི་ཆོས་ཅན་ཆད་གྲུབ་པ་ལ་དམིགས་ནས་བདེན་པར་འཇིན་པའི་བདེན་འཇིན་ཀྱན་བཏགས་ཡིན་པར་ཐལ། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཤེས་སྒྲིབ་རྟོག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དི་བོང་རྩ་ཆད་མས་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་དང་། དེ་བདེན་པར་འཇིན་པའི་བདེན་འཇིན་དེ་བདེན་འཇིན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཤེས་སྒྲིབ་རྟོག་པ་ཡིན་ན། བདེན་འཇིན་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཀྱི་དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཤེས་སྒྲིབ་རྟོག་པ་ཡིན་ན། བདེན་འཇིན་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། འདོད་ན། གཟུགས་སྤྱི་རོལ་དོན་འཇིན་གྱི་རྟོག་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཞེས་སྒྲིབ་གང་ཞིག་རྟོག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་ཅིག རྩས་འཇིན་སོ་སྐྱེའི་རྟོན་དང་། བཏགས་འཇིན་འཕགས་པའི་རྟོན་ཁོ་ནར་ཡོད་པར་ཐལ། སོ་སོའི་སྐྱེ་བོའི་འཕགས་དབྱེ་བས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། དེ་ནི་གཙོ་ཆེ་བ་ལ་དགོངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཤེས་སྒྲིབ་རྟོག་པ་ལ་ལྟན་སྐྱེས་

ཡོད་པར་ཐལ། ཤེས་སྤྱིབ་རྟོག་པ་ལ་ཤེས་སྤྱིབ་ལྟན་སྤྱིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཤེས་  
སྤྱིབ་རྟོག་པ་དེ་ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་དངོས་གྱི་གཞོམ་  
བྱར་བཤད་པའི་ཕྱིར།

### གཉིན་པོ་ཅེ་སྟུང་།

༥ གཉིས་པ་གཉིན་པོ་ཅེ་སྟུང་བཤད་པ་ལ་གསུམ། མཐོང་ལམ་ཅེ་  
སྟུང་གི་རྒྱ། དེ་ལ་འབྲས་བུ་བྱང་ཆེན། མཐོང་ལམ་ཅེ་སྟུང་གི་དོ་བོ་བཤད་  
པའོ། །དང་པོ་ནི། བྱང་ཆུབ་ལ་གཞན་སྟོན་པ་དང་། །ཞེས་སོགས་གྱི་རྟེན་པ་  
བཞེས་སྟོན་ཏེ། དོན་ནི། འགྲེལ་པར་འཆད་པར་འགྱུར་བའི་མཆན་ཉིད་ཅན་  
གྱི་བྱང་ཆུབ་ལ་གཞན་དག་མཐོང་བའི་ལམ། ཞེས་སོགས་གསུང་། འཕྲོས་ནི།  
ཀུན་དགའ་བོ་དགེ་སློང་བརྒྱ་ཕྱག་བརྒྱ་པོ་འདི་དག་བསྐྱལ་བ་སྐར་མ་ལྟ་བུ་ལ་  
ཟླ་མེད་རྫོགས་བྱང་དུ་འཛང་རྒྱ། ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལས་འཕྲོས་སོ། །  
དོན་ནི། ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་ཅན་གཞན་བྱང་ཆུབ་ལ་སྟོན་པ་སྟེ་བགོད་པ་  
དང་། བྱང་ཆུབ་དེ་ཡི་རྒྱ་ཤེར་ཕྱིན་གྱི་ཆོག་དོན་ནི་ཡོངས་སུ་གཏོད་པ་སྟེ་  
འཆད་པ་དང་། བྱང་ཆེན་དེ་ཐོབ་བྱེད་བསོད་ནམས་མང་པོའི་མཆན་ཉིད་ལྟ་  
གྱི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྟུང་ལམ་མཉམ་གཞག་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན། མཐོང་ལམ་ཅེ་  
སྟུང་གི་བར་ཆད་མེད་པའི་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། དེ་བར་ཆད་མེད་པར་སྐྱེད་བྱེད་ཡིན་

པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་དེའི་འབྲས་བུ་ལ་གསུམ། བྱང་ཆེན་ངོས་བཟུང་བ།  
 དངོས་པོ་བདེན་གྲུབ་ཁས་ལེན་པ་མི་འཐད་པ། དབྱུ་མ་པས་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
 བདེན་སྟོང་དུ་ཁས་ལེན་པར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། རྩི་མ་བཟང་དང་མི་སྐྱེ་  
 བའི། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་རྒྱུ་ལ་བཞེས་འཆད་ལ། རོན་ནི། འབྲེལ་པར། ཉན་  
 མོངས་པ་དང་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པའི་རྩི་མ་སྐྱེས་པ་དང་མ་སྐྱེས་པ་ཉིད་དུ་  
 བཏགས་པ་རྣམས་ནི། ཞེས་སོགས་གསུངས་ཤིང་། འཕྲོས་ནི། གུན་དགའ་  
 བོ། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་བཟང་པར་འདོད་པ་དེ་དག་གིས་ནམ་མཁའ་  
 བཟང་པར་འདོད་དོ། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལས་འཕྲོས་སོ། །ཆིག་དོན་ནི།  
 རྣམ་མཁུའི་ཆོས་ཅན། བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོ་ཡིན་ཅེས་བརྗོད་དེ། རྩི་མ་དོན་དམ་  
 པར་བཟང་པ་མེད་པ་དང་། རྩི་མ་དེར་མི་སྐྱེ་བ་རྟོགས་པ་མཐར་ཐུག་པའི་ཡེ་  
 ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ལྟར་རྟོགས་པ་མཐར་ཐུག་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་  
 དག་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་བཟང་མི་སྐྱེ་ཤེས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོར་ཤེས་པར་བྱ་  
 བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྩི་མ་དེ་ཡང་ཆོས་ཅན། དོན་དམ་པར་བཟང་མེད་སྐྱེ་མེད་  
 ཡིན་ཏེ། དོན་དམ་པར་གྲུབ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་བདེན་གྲུབ་ཁས་ལེན་པ་མི་འཐད་པའི་ཚུལ་ལ་གཉིས།  
 རིགས་པ་དང་འགལ་བ་དང་། ཁས་སྒྲངས་དང་འགལ་བའི་སྒྲོ་ནས་དགག་  
 པའོ། །དང་པོ་ནི། འགོག་པ་མེད་པའི་རང་བཞིན་ལ། །ཞེས་སོགས་རྒྱུ་ལ་



བཞིས་སྟོན་ཏེ། རོན་ནི། སྤྱིས་པ་དང་མ་སྤྱིས་བདག་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་བད་པ་  
 དང་སྤྱི་བའི་གོགས་བྱེད་པའི་མཆན་ཉིད། ཅེས་གསུངས། ཆིག་རོན་ནི། ཐེག་  
 ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་ཞེས་བྱ་བའི་ལམ་གྱིས་ནི་ཆོས་ཅན། ཤེས་སྤྱིབ་གཟུང་  
 འཛིན་གྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་རིགས་བདེན་གྲུབ་སྤར་ཡོད་ཅི་ཞིག་བད་ཅིང་།  
 བདེན་གྲུབ་སྤྱི་འཕྲོ་ཆད་པའི་སྤྱི་མེད་གྱི་རྣམ་པ་ཅི་ཞིག་ཀྱང་འཕྲོབ་པ་མེད་  
 པར་ཐལ། དེ་མ་བདེན་གྲུབ་སྤར་ཡོད་གསར་དུ་འགག་པའི་འགོག་པ་མེད་པ་  
 སྟེ་སྤྱིས་པ་མེད་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་ཁས་སྤངས་  
 འགལ་བས་འགོག་པ་ནི། གཞན་གྱི་ཆོས་རྣམས་ཀྱང་ཡོད་ལ། །ཞེས་སོགས་  
 ཀྱང་པ་བཞི་གསུངས་ཏེ། རོན་ནི། དེ་ལ་སྤྱི་བ་དང་འཛིག་པས་སྟོང་པའི་བྱིར་  
 བདག་མེད་དོ་སྟུང་དུ་བསྐྱོམས་པས། ཞེས་སོགས་གྱིས་འཆད་དོ། །ཆིག་  
 རོན་ནི། བྱི་ནང་གི་ཆོས་རྣམས་ཀྱང་དོན་དམ་པར་ཡོད་ལ། ཤེས་བྱ་ལ་ཡང་  
 མོངས་པའི་སྤྱིབ་པ་མཐའ་དག་སྟོན་པ་ཡིས་བད་པར་བརྗོད་པ་གང་ཡིན་པའི་  
 དངོས་སྤྱི་བ་གཞན་གྱི་ལུགས་དེ་ལ་མགོན་པོ་བྱམས་པ་ཁོ་པོས་དོ་མཆར་དུ་  
 བརྩིས་པ་ལ་ཆོས་ཅན། རྒྱ་མཆན་ཡོད་དེ། སྤྱིབ་པ་བདེན་པར་གྲུབ་ན་གཉིན་  
 པོས་སྤང་དུ་མི་རུང་བས་དེ་ལྟར་འདོད་པ་དེ་བཞད་གང་གྱི་གནས་ཡིན་པར་  
 རྟོགས་པའི་བྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ། དགག་བཞག་སྤང་གསུམ་ལས། དང་

པོ་ལ། ཁ་ཅིག དེ་མ་ཟད་མེད་སྐྱེ་མེད་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་མཐར་ཐུག་བྱང་  
 ཚུབ་ཆེན་པོའི་མཆོད་ཉིད་ཟེར་ན། སྟོན་པ་ཤྲུག་ཐུབ་པ་ཆོས་ཅན། མཆོད་  
 ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོད་བྱ་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མཆོག་གི་སྒྲུལ་སྐྱེ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། བྱ་སྟེ། རྒྱུད་ལྷ་མ་ལས། བཟོ་དང་སྐྱེ་བ་བྱང་ཚུབ་ཆེ། །ཟླ་ངན་འདས་  
 པའི་རྟགས་སྟོན་པ། སངས་རྒྱས་སྒྲུལ་པའི་སྐྱེ་དེ་ནི། །རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་  
 ཐབས་ཆེན་པོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཡེ་ཤེས་མ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག དེ་མ་ཟད་མེད་སྐྱེ་མེད་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡོད་  
 ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་མ་སྐྱེ་མེད་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་མེད་པའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་མ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག དེ་མ་ཟད་པ་དང་མི་སྐྱེ་བ་མེད་  
 པར་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་མཐར་ཐུག་ །སྐབས་འདིར་བསྟན་པའི་བྱང་ཚུབ་  
 ཆེན་པོའི་མཆོད་ཉིད་ཟེར་ན། རྣམ་མཁྱེན་ཆོས་ཅན། མཆོད་ཉིད་དེར་ཐལ།  
 མཆོད་བྱ་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་མ་  
 ཟད་པ་དང་མི་སྐྱེ་བ་མེད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་  
 ཅིག གནས་སྐབས་ཀྱི་བྱང་ཚུབ་ཆེན་པོ་མེད་ཟེར་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། ཐེག་  
 ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་གནས་སྐབས་ཀྱི་བྱང་ཚུབ་ཆེན་པོ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་བཤད་སྟོང་པོའི་རྒྱུ་ལས། གནས་སྐབས་ཀྱི་  
 བྱང་ཚུབ་ཆེན་པོ་མཐོང་ལམ་ཅེ་སྟོར་གྱི་རྒྱ་སྟོན་པ་ལ་ངེས་པར་སྒྱུར་བ་བྱ་

བ་ཁོ་ན་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། ཐོབ་བྱ་མཐར་ཐུག། བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོའི་  
མཆན་ཉིད། རང་གི་ཉིར་ལེན་དུ་གྱུར་བའི་མཐོང་ལམ་ཅེ་སྒྲོར་གྱི་ཉི་འབྲས་  
སུ་གྱུར་བའི་ཡེ་ཤེས་མཐར་ཐུག། །སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་བྱང་  
ཆུབ་ཆེན་པོའི་མཆན་ཉིད་དོ། །

༥ གསུམ་པ་ཅོད་པ་སྒྲོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་ ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་དེ།  
ཐེག་ཆེན་གྱི་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཡེ་ཤེས་གང་  
ཞིག །གནས་སྐབས་གྱི་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ།  
ཁ་ཅིག ཇི་མ་སྒྲེ་མེད་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡོད་པར་ཐལ། ཇི་མ་སྒྲེ་མེད་  
རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡོད་པའི་བྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། རྟགས་དེར་ཐལ། ཇི་མ་  
སྒྲེ་མེད་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཇི་མ་སྒྲངས་པ་ཡོད་པའི་བྱིར།

རྣལ་འབྱོར་གྱི་ས།

དེ་ལ་སྒྲེ་བ་དང་འཇིག་པས་སྒྲོང་བའི་བྱིར། ཞེས་སོགས་གྱི་སྐབས་སུ་  
མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་ རྣལ་འབྱོར་གྱི་ས་ལ།  
གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་ས། གཟུང་མེད་རྟོག་པའི་  
རྣལ་འབྱོར་གྱི་ས། འཇིག་མེད་རྟོག་པའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་ས། སྒྲོས་བྲལ་རྟོགས་  
པའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་ས་དང་བཞི་ཡོད་པའི་དང་པོ་ཉན་ཐོས་སྡེ་པའི་ལྷ་བ་དང་།

གཉིས་པ་སེམས་ཙམ་རྣམ་བདེན་པ་དང་། གསུམ་པ་སེམས་ཙམ་རྣམ་རྟུན་  
 པ་དང་། བཞི་པ་དབྱ་མའི་ལྟ་བར་འཛོག་པ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་  
 ཐལ། སེམས་ཙམ་རྣམ་བདེན་རྣམ་བརྟུན་གཉིས་ལྟ་བ་འཛོག་ཚུལ་མ་ཐུན་  
 པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་གཉིས་ཀས་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་སྤྱོད་འཛོག་ཚུལ་  
 མ་ཐུན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་གཉིས་ཀས་གཟུགས་དང་དེ་འཛིན་  
 པའི་ཆད་མ་རྩལ་གཞན་གྱིས་སྟོང་པ་དེ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་སྤྱོད་འཛོག་  
 པ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་གཟུང་འཛིན་རང་བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་པའི་  
 རྣལ་འབྱོར་གྱིས་ཡོད་ཟེར་ན་དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། གཞི་གྲུབ་ན་རང་བཞིན་  
 གྱིས་ཡོད་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་རྣམས་འབྱོར་གྱིས་བཞིའི་ནང་ནས་  
 གཉིས་པ་རང་རྒྱལ་གྱི་ལྟ་བ་དང་། གསུམ་པ་སེམས་ཙམ་པའི་ལྟ་བ་ཡིན་ཟེར་  
 ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། རང་རྒྱལ་དང་སེམས་ཙམ་པ་གཉིས་ལྟ་བ་མ་ཐུན་  
 པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་གཉིས་ཀས་ཕྱི་རོལ་དོན་གྱིས་སྟོང་པའི་སྟོང་ཉིད་  
 བསྟོམ་བུའི་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་བསྟོམ་པར་མཚུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་གང་  
 ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ན། རྣལ་འབྱོར་གྱིས་དང་པོ་  
 ཡིན་པའི་བྱུང་། ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རགས་པ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ན།  
 རྣལ་འབྱོར་གྱིས་གཉིས་པ་ཡིན་པས་བྱུང་། སྟོས་བུལ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་  
 ཡིན་ན། རྣལ་འབྱོར་གྱིས་གསུམ་པ་ཡིན་པས་བྱུང་ཟེར་ན། སངས་རྒྱས་

འཕགས་པའི་རྒྱུད་གྱི་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། རྣལ་འབྱོར་གྱིས་  
དང་པོ་ཡིན་པར་ཐལ། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཁ་ཅིག་རྣམ་མཁྱེན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན།  
ཐེག་དམན་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་  
རྣམས་སོ། །གཉིས་པ་ལ་ཡང་དེ་འཕེན་ནོ། གསུམ་པ་ལ་དེ་ཆོས་ཅན། དེར་  
ཐལ། དེའི་ཕྱིར། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྣམས་  
ཏེ། ལྟ་སྟོན་གཉིས་སུ་བྱེ་བའི་ལྟ་བའི་ཆར་གཏོགས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་གིས་ལུགས་ལ། ཞི་ལྷག་བྱང་འབྲེལ་གྱི་རྟོན་བྱེད་  
པའི་རིགས་སུ་གནས་པའི་ལྟ་སྟོན་གཉིས་སུ་བྱེ་བའི་ལྟ་བའི་ཆར་གཏོགས་  
པའི་མཁྱེན་པ། རྣལ་འབྱོར་གྱིས་སའི་ངོ་བོ་དང་། དེ་ལ་གསུམ་དུ་དབྱེར་ཡོད་  
དེ། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་ས། ཆོས་གྱི་བདག་  
མེད་རགས་པ་རྟོགས་པའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་ས། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་རྣལ་  
འབྱོར་གྱི་ས་དང་གསུམ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

༦ གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྟོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་  
རྒྱུད་གྱི་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། རྣལ་འབྱོར་གྱི་ས་ཡིན་པར་ཐལ།  
རྣལ་འབྱོར་གང་ཞིག་ས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་གྱི་ས་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་མ་བྲལ། ཟེར་ན། ལྷ་མ་ལ་རྣམ་པ་གཅིག་དུ་མ་བྲལ།



འདོད་ན་བཀག་ཅིན་ནོ། །ཁ་ཅིག་རྣམ་འབྱོར་གྱི་ས་དེ་ལ་གསུམ་དུ་གངས་མ་  
 དེས་པར་ཐལ། རྣམ་འབྱོར་གྱི་ས་དེ་ལ་བཞིར་གངས་དེས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན།  
 སྒྱུན་མེད་དེ། བར་པ་གཉིས་ཀ་རྣམ་འབྱོར་གྱི་ས་གཉིས་པ་ཡིན་པར་མཆུངས་  
 པའི་ཕྱིར།

### ལྷན་ཅིག་དམིགས་ངེས།

༥ སྒྲོན་པོ་དང་དེའི་སྒོ་དག་ལྷན་ཅིག་དམིགས་པ་ངེས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་  
 སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ། ལྷན་ཅིག་དམིགས་ངེས་ཡིན་ན། རྩས་གཅིག་ཡིན་  
 པས་བྲབ་ཟེར་ན། རྟོག་པ་དང་རྟོག་པའི་སྒྲུང་བ་གཉིས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ།  
 དེའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། རྟོག་པ་ཆོས་ཅན། བྲོད་དང་བྲོད་ཀྱི་སྒྲུང་བ་གཉིས་ལྷན་  
 ཅིག་དམིགས་ངེས་ཡིན་པར་ཐལ། བྲོད་རྟོག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་  
 རུས་སྟེ། རྩས་སུ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སྒྲོན་པོ་དང་དེ་ངེས་པའི་ངེས་  
 ཞེས་གཉིས། ལྷན་ཅིག་དམིགས་ངེས་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་  
 གཉིས་ལ་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སྒྲོན་འཛིན་ཆད་མ་  
 སྒྲོན་པོའི་འབྲས་བུ་ཡིན་ཟེར་བ་དང་། དེ་གཉིས་ལྷན་ཅིག་དམིགས་ངེས་ཡིན་  
 ཟེར་ན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྷན་དེ་གཉིས་རྩས་གཅིག་དང་ཐ་དད་  
 གཉིས་ཀར་འགྱུར་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྒྲོན་པོ་དང་སྒྲོན་འཛིན་ཆད་མ་  
 གཉིས་རྒྱ་འབྲས་ཡིན་ན། དེ་གཉིས་རྩས་ཐ་དད་ཡིན་དགོས་སོ། །དེ་གཉིས་

སྟན་ཅིག་དམིགས་ངེས་སུ་འདོད་ན་དུས་མཉམ་རྩིས་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་པའི་  
 ཕྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་ལྟར་འདོད་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ། སྐབས་འདིར་སྟོན་  
 བོ་དང་སྟོན་འཛིན་ཆད་མ་རྒྱུ་འབྲས་སུ་མི་འདོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྐབས་  
 འདིར་དེ་གཉིས་སྟན་ཅིག་དམིགས་ངེས་སུ་འདོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 སྐབས་འདིར་ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་མེད་པར་འདོད་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སྟོན་  
 བོ་དམིགས་བྱེད་གྱི་ཆད་མ་ཡིན་ན། སྟོན་འཛིན་ཆད་མ་དམིགས་བྱེད་གྱི་  
 ཆད་མ་ཡིན་པས་བྱལ། སྟོན་འཛིན་ཆད་མ་དམིགས་བྱེད་གྱི་ཆད་མ་ཡིན་ན།  
 སྟོན་བོ་དམིགས་བྱེད་གྱི་ཆད་མ་ཡིན་པས་བྱལ་བེད་ན། འོ་ན། ཚུར་མཐོང་  
 གི་རྒྱུད་གྱི་སྟོན་འཛིན་དབང་པོའི་མདོན་སུམ་གྱི་ཆད་མ་ཆོས་ཅན། སྟོན་  
 འཛིན་ཆད་མ་དམིགས་བྱེད་གྱི་ཆད་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྟོན་བོ་དམིགས་  
 བྱེད་གྱི་ཆད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་  
 བ། དེས་སྟོན་འཛིན་ཆད་མ་དམིགས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན།  
 དེས་སྟོན་འཛིན་ཆད་མ་གཞལ་བར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སྟོན་  
 འཛིན་ཆད་མ་ཆོས་ཅན། སྟོན་བོ་ཡིན་པར་ཐལ། ཚུར་མཐོང་གི་རྒྱུད་གྱི་སྟོན་  
 འཛིན་དབང་པོའི་མདོན་སུམ་གྱི་དངོས་གཞལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་  
 རུས་ཏེ། ཞེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། ཚུར་མཐོང་གི་རྒྱུད་གྱི་སྟོན་  
 འཛིན་ཆད་མ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་པའི་རང་རིག་ཆོས་ཅན། སྟོན་བོ་དམིགས་བྱེད་

ཀྱི་ཚད་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྟོན་འཛིན་ཚད་མ་དམིགས་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཁ་ཕྱི་བལྟས་ཀྱི་ཤེས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། སོ་སྐྱེའི་རྒྱུད་  
ཀྱི་སྟོན་པོ་དམིགས་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། ཁ་  
ནང་ཁོན་ལ་སྟོགས་པའི་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སོ་སྐྱེའི་རྒྱུད་ཀྱི་  
རང་རིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ འདུས་མཉམ་པའི་དངོས་པོ་ཡིན་ན། ལྷན་  
ཅིག་དམིགས་ངེས་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན། ཀ་བྱམ་གཉིས་ཆོས་ཅན། དེར་  
ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་གཉིས་རྩལ་གཅིག་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་  
ལྷན་ཅིག་དམིགས་ངེས་སུ་བྱུང་པའི་དངོས་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་  
ཏེ། རྩལ་ཐ་དད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། སྟོན་པོ་དང་སྟོན་འཛིན་ཚད་མ་གཉིས་  
ཆོས་ཅན། རྩལ་གཞན་མ་ཡིན་ཏེ། ལྷན་ཅིག་དམིགས་ངེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
དེ་ལྟར་ཡིན་ཏེ། དེ་གཉིས་དུས་མཉམ་ཐ་དད་གང་ཞིག །སྟོན་པོ་དམིགས་  
བྱེད་ཀྱི་ཚད་མའི་རྩལ་སུ་སྐྱེས་ན། སྟོན་འཛིན་ཚད་མ་དམིགས་བྱེད་ཀྱི་ཚད་  
མའི་རྩལ་སུ་སྐྱེས་པས་བྱུང་། །སྟོན་འཛིན་ཚད་མ་དམིགས་ཡེད་ཀྱི་ཚད་  
མའི་རྩལ་སུ་སྐྱེས་ན། སྟོན་པོ་དམིགས་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མའི་རྩལ་སུ་སྐྱེས་པས་  
བྱུང་པའི་ཕྱིར།

༥ གསུམ་པ་ཅོད་པ་སྟོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་ སྟོན་པོ་དང་སྟོན་འཛིན་ཚད་

མ་རྩལ་གཅིག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྟོན་པོ་དེ་སྟོན་འཛིན་ཆད་མའི་རྒྱ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མདོ་སྤེལ་པས་དེ་ལྟར་འདོད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ།  
ཁ་ཅིག་ སྟོན་པོ་དང་སྟོན་འཛིན་ཆད་མ་གཉིས་ངོ་བོ་གཅིག་པར་ཐལ། དེ་  
གཉིས་རྩལ་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་གཉིས་ཐ་དད་གང་ཞིག་  
རྩལ་གཞན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་གཉིས་བདག་ཉིད་གཅིག་པར་  
ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སྟོན་པོ་སྟོན་འཛིན་ཤེས་པའི་བདག་ཉིད་  
ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སྟོན་པོ་སྟོན་འཛིན་ཤེས་པ་ཡིན་  
པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར་ན། མ་ཁྲབ། ཁ་ཅིག་ སྟོན་པོ་དང་སྟོན་འཛིན་ཆད་  
མ་གཉིས་སྟོན་ཅིག་དམིགས་ངེས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་རྩལ་ཐ་དད་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྟོན་པོ་ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་དུ་གྲུབ། སྟོན་འཛིན་ཤེས་  
པ་དེའི་ངོ་བོར་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། སྟོན་པོ་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཆོས་  
སྤྱ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། ཏྲགས་དེར་ཐལ། སྟོན་པོ་ཕྱིའི་གཟུགས་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར།

༥ གསུམ་པ་དབྱུ་མ་པས་ཆོས་ཐམས་ཅད་བདག་ སྟོང་དུ་ཁས་ལེན་  
དགོས་པར་བསྟན་པ་ནི། འདི་ལ་བསལ་བྱ་ཅི་ཡང་མེད། །ཅེས་སོགས་ཀྱང་  
བ་བཞིས་སྟོན་ཏེ། དོན་ནི། འགྲེལ་པར། གང་ཞིག་གི་ཕྱིར་དངོས་པོ་མཛོན་  
པར་ཞེན་པ་ལས། ཞེས་སོགས་གསུང་། འདིའི་སྐབས་སུ་གཉིས་ལས་ཆོག་

དོན་དང་། མཐའ་དབྱུང་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཁམས་རང་བཞིན་གྱིས་རྣམ་པར་  
 དག་པ་འདི་ལ་ཆོས་ཅན། གང་ཟག་དང་ཆོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་གཉིས་ཀྱི་ཡུལ་  
 བདག་གཉིས་སྒྲར་ཡོད་གསར་དུ་བསལ་བར་བྱ་བ་དང་བདག་འཛིན་གཉིས་  
 དོན་དམ་པར་གྲུབ་པ་ཅི་ཡང་མེད་དེ། བདག་འཛིན་གཉིས་ཀྱི་ཞེན་ཡུལ་དང་  
 ཉོན་མོངས་དོན་དམ་པར་གྲུབ་མ་མྱོང་བའི་ཕྱིར། ཡང་ཁམས་རྣམ་དག་འདི་  
 ལ་ཆོས་ཅན། སྒྲར་མེད་པའི་བདག་མེད་གཉིས་གསར་དུ་གཞག་པར་བྱ་བ་  
 ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་དེ། བདག་གཉིས་གདོད་མ་ནས་མ་གྲུབ་པའི་རང་བཞིན་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྒྱ་མཚན་དེས་ན་ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། ཉེན་འབྲེལ་བདེན་པར་  
 མེད་པའི་ཡང་དག་པའི་དོན་ཉིད་ལ་མཉམ་པར་བཞག་པའི་ཤེས་རབ་གྱིས་  
 ཡུལ་དེ་ལ་ཡང་དག་པར་སྟོབ་ཡིན་ཏེ། ཤེས་རབ་དེས་ཡང་དག་པའི་དོན་ངི་  
 སྟོབ་བཞིན་དུ་མཐོང་ནས་ཡང་དང་ཡང་དུ་གོམས་པར་བྱས་པས་མཐོང་བ་  
 བོ་སྒྲིབ་གཉིས་པས་རྣམ་པར་གྲོལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་མཐའ་དབྱུང་པ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ་ཁ་ཅིག་གང་ཟག་  
 གི་བདག་མེད་གཞི་དབུ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། འོ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། དོན་  
 དམ་བདེན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། དབུ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གཞི་དབུ་མ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉུགས་ཁས། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ བདག་མེད་ཉུགས་པའི་ཤེས་རབ་དེ་ལམ་དབུ་མ་ཡིན་པའི་



ཕྱིར་བེད་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ལམ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་མ་  
ཁུབ་བེད། མ་གྲུབ་ན་དེ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། ཁྱོད་ལམ་མ་ཞུགས་ན་ཡོད་  
པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་འབྲས་བུ་དབུ་མ་ཡིན་ན། དབུ་མ་ཡིན་པས་ཁུབ་བེད་ན།  
སྒོ་བྱར་རྣམ་དག་གི་ཆར་གྱུར་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་འདས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཀྱན་རྫོབ་  
བདེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་དེ་ཡིན་ན། དབུ་མ་མ་ཡིན་པས་ཁུབ་བེད་  
ན། རྣམ་མཁུན་བདེན་སྟོང་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། ཏྲགས་གསལ་སྒྲ།  
༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། གཟུགས་སོགས་བདེན་སྟོང་གཞི་དབུ་  
མ། དེ་ཏྲགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ལམ་དབུ་མ། ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་ལྟ་བུ་འབྲས་བུ་དབུ་མ་  
ཡིན་ནོ། །

### མཐོང་ལམ་ཅེ་སྟོར།

གསུམ་པ་མཐོང་ལམ་ཅེ་སྟོར་གྱི་ངོ་བོ་བཤད་པ་ལ་གཉིས། དངོས་  
དང་སྤངས་པ་ལ་དབང་བྱེད་པའོ། །དང་བོ་ནི། སྐྱིན་པ་ལ་སོགས་རེ་རེར་ནི། །  
ཞེས་སོགས་ཀྱང་པ་བཞི་གསུངས་ཏེ། དོན་ནི། འབྲེལ་བར། སྐྱིན་པ་ལ་  
སོགས་པ་པ་རོལ་ཏུ་སྐྱིན་པ་དུག་པོ་དག་སོ་སོར། ཞེས་པ་ནས། ཉོན་མོངས་  
པ་བརྒྱ་ཅ་བརྒྱད་སྤངས་པ་ཉོན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་ཆོས་ཉིད་གྱིས་  
འཕྲོ་བོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས། འཕྲོས་ནི། རབ་འབྱོར་འདི་ལ་བྱང་ཆེན་

ཕྱིན་པ་ཕྱིན་པ་ན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་དུ་ཡོངས་སུ་བསྟོན་ཞིང་ཕྱིན་པར་  
བྱེད་དོ། །

ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལས་འགྲོས། འདིའི་སྐབས་སུ་གཉིས། ཚིག་  
 དོན་དང་། མཐའ་དབྱང་པའོ། །དང་པོ་ནི། སྒྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོ་རེ་  
 རེར་ནི་སྒྱིན་སོགས་དེ་དག་དྲུག་གི་ཕན་ཚུན་བསྐྱུས་པ་གང་ཡིན་པ་སྐད་  
 ཅིག་གཅིག་པའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ལ་ཆོས་ཤེས་པའི་བཟོ་དེ་པ་ཡིས་བསྐྱུས་པའི་  
 མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་དེ་ཆོས་ཅན། སྐབས་འདིར་མཐོང་བའི་ལམ་  
 གྱི་ཅེ་སྒྲོར་ཡིན་ཏེ། མཐོང་སྤང་ཤེས་སྒྲིབ་དངོས་སུ་འཛོམས་པར་བྱེད་པའི་  
 ཐེག་ཆེན་གྱི་བདེན་པ་མངོན་རྟོགས་ཡིན་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་མཐའ་དབྱང་  
 པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་ སྒྱིན་དྲུག་གིས་བེན་པའི་སྒྲོན་ས་  
 ཤེས་སྒྲིབ་ཀྱན་བཏགས་གྱི་དངོས་གཉེན་བྱེད་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་བདེན་པ་  
 མངོན་རྟོགས། མཐོང་ལམ་ཅེ་སྒྲོར་གྱི་མཆོན་ཉིད་བེར་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་  
 མཐོང་ལམ་རྗེས་སོབ་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་  
 དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་  
 ཏེ། ཤེས་སྒྲིབ་ཀྱན་བཏགས་སྤངས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་  
 མཐོང་ལམ་ཅེ་སྒྲོར་ཡིན་ན། སྒྱིན་སོགས་ཀྱན་རྫོབ་གྱི་བྱ་བ་ལ་མངོན་གྱུར་  
 དུ་འཇུག་པས་བྱབ་བེར་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཆོས་

ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་སྒྲོས་པ་ལ་མངོན་གྱུར་དུ་  
འབྱུག་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་བྱས་ཏེ། སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་  
རྟོགས་པའི་སྒྲོབ་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ཉོན་མོངས་པ་བརྒྱ་ཅ་བརྒྱས་  
སྤངས་ཞེས་པའི་ཆོག་བུར་གྱི་སྐབས་སུ་བསྟན་པའི་ཉོན་མོངས་ཡིན་ན། ཉོན་  
མོངས་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན། ཤེས་སྒྲིབ་གཟུང་འཛིན་གྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་  
བཞི་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཤེས་སྒྲིབ་གཟུང་འཛིན་གྱི་  
རྣམ་པར་རྟོག་པ་བཞི་པོ་རེ་རེ་ལ་ཆེ་འབྱིང་ཆུང་དུ་དགྱུར་བྱས་ནས་སོ་བྱུག་  
པ་གསུམ་པོ་སོ་སོ་ལ་སྦྱར་ནས་ཤེས་སྒྲིབ་གཟུང་འཛིན་གྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་  
བརྒྱ་ཅ་བརྒྱད་དུ་སྤྱེ་བ་དེ་ལ་འདིར་ཉོན་མོངས་ཀྱི་མིང་གིས་བཏགས་པ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། ཕྱིན་བྱུག་གི་ཉམས་ལེན་གྱིས་བེན་པའི་  
སྒྲོ་ནས་སྟོང་ཉིད་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་མཉམ་པར་བཞག་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་བདེན་  
པ་མངོན་རྟོགས། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་མཐོང་ལམ་ཅེ་སྦྱོར་གྱི་  
མཆན་ཉིད།

༥ གསུམ་པ་ཅོད་པ་སྒྲོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་ ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་རྣམ་  
གྲོལ་ལམ་ཆོས་ཅན། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་མཐོང་ལམ་ཅེ་སྦྱོར་  
ཡིན་པར་ཐལ། མཆན་ཉིད་དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་

རྟེན་འབྲེལ་གཉིས།

894

གཉིས། ཆོག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་ནི། བཤད་ཟིན་པའི་དེ་  
ནས་མཐོང་ལམ་ཅེ་སྒྲོར་ལ་གནས་པའི་སེམས་དཔའ་ཆོས་ཅན། རང་གི་  
སྤངས་པ་ལ་དབང་བྱེད་པའི་བྱེད་ལས་བྱེད་པར་ཅན་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ཏེ།  
མཉམ་གཞག་ཏུ་སེང་གོ་ནམ་པར་བསྐྱེདས་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ལ་སྟོམས་  
པར་བྱགས་ནས་དུས་ཕྱིས་རྗེས་སྐོབ་ཏུ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཡན་  
ལག་བརྩུ་གཉིས་ཀྱི་ལྷགས་མཐུན་དང་ལྷགས་མི་མཐུན་ལ་རྟོག་པར་བྱེད་  
པའི་སེམས་དཔའ་ཡིན་པའི་བྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་རྟེན་  
འབྲེལ་ཡིན་ན། འབྲེལ་བ་ཡིན་པས་བྱེད་ཟེར་ན། ལྷ་གྲུ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ།  
དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། གཞི་གྲུབ་པའི་བྱིར། བྱེད་སྟེ། ཅ་ཤེས་ལས། གང་བྱིར་  
རྟེན་འབྱུང་མ་ཡིན་པའི། །ཆོས་འགའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ། །དེ་བྱིར་སྟོང་བ་མ་  
ཡིན་པའི། །ཆོས་འགའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་  
རྟེན་འབྱུང་ཡིན་ན། འབྱུང་བ་ཡིན་པས་བྱེད་ཟེར་ན། རྣམ་མཁའ་ཆོས་ཅན།  
དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ལྷར་གྱི་ལུང་དེའི་བྱིར་དང་། ཅེ་ཤེའི་རྒྱལ་  
ཆེན་ལས་ཀྱང་གསུངས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་རྟེན་འབྱུང་ཡིན་ན། བརྟེན་ནས་  
འབྱུང་བས་བྱེད་ཟེར་ན། སྟོང་ཉིད་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། འདོད་ན།  
བརྟེན་ནས་སྐྱེ་བར་ཐལ་ལོ། །ཁ་ཅིག་ མ་རིག་པ་ཡིན་ན། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་



མེད་ས་པའི་མ་རིག་པ་ཡིན་པས་བྱུང་བའི་ན། ལས་འབྲས་ལ་མེད་ས་པའི་མ་  
 རིག་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གྲུག་ལས་བརྟུས་པ་ལས།  
 མེད་ས་པ་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། འབྲས་བུའི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་ལ་མེད་ས་པ་དང་།  
 དེ་ཁོ་ནའི་དོན་ལ་མེད་ས་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་  
 སོ། །ཁ་ཅིག་མ་རིག་པ་ཡིན་ན། ཡན་ལག་བརྟུ་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་མར་གྱུར་  
 པའི་མ་རིག་པ་ཡིན་པས་བྱུང་བའི་ན། འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་མ་རིག་པ་ཆོས་  
 ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་སྟོན་  
 སྒྲེས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། འཕགས་པའི་རྒྱུད་ལ་ཡང་སྲིད་ཕྱི་  
 མ་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་ལས་གསར་དུ་གསོག་པའི་མ་རིག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཁ་  
 ཅིག་ཉོན་མོངས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་མ་རིག་པ་དེ། མ་རིག་པ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་  
 མི་འཐད་པར་ཐལ། མ་རིག་པ་ཡིན་ན། ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་མ་རིག་པ་ཡིན་  
 དགོས་པའི་ཕྱིར། དེས་མཆོན་མཐའ་དབྱེད་གཞན་ཡང་ཤེས་པར་བྱའོ། །

༥ གཉིས་པ་རང་གི་ལྷགས་ལ། ཡན་ལག་བརྟུ་གཉིས་ཀྱི་འཛིན་ཚུལ་  
 མདོར་བསྡུས་ཏེ་འཆད་པར་འདོད་པས་དེ་ལྟར་བཤའ་བ་ལ་གསུམ། དབྱེ་བ་  
 བྱེད་ལས་དང་བཅས་པ་བཤའ་བ། བསྡུ་བ་བཤའ་བ། ཆེ་དུ་ལ་རྫོགས་པ་

བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། མ་རིག་པ་ནས། རྒྱ་ཤིའི་བར་བཅུ་གཉིས་ཏེ། ཡན་  
ལག་དང་པོ་ལ་རྒྱའི་ཀུན་སྒྲོང་དང་དུས་ཀྱི་ཀུན་སྒྲོང་གི་མ་རིག་པ་གཉིས།  
གཉིས་པ་ལ་དགོ་མི་དགོ་མི་གཡོ་བའི་ལས་གསུམ། གསུམ་པ་ལ་རྒྱ་དུས་  
དང་འབྲས་དུས་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་གཉིས། བཞི་པ་ལ་ཆོར་འདུ་སོགས་མིང་དང་  
མེར་མེར་པོ་སོགས་གཟུགས་ཏེ་མིང་གཟུགས་གཉིས། ལྷ་པར་མིག་ནས་  
ཡིད་ཀྱི་སྤྱི་མཆེད་ཀྱི་བར་དུག་ དུག་པ་དེ་ལ་བཞེན་པའི་རིག་པ་དུག་ བདུན་  
པར་དེ་ལས་བྱུང་བའི་ཆོར་བ་དུག་ བརྒྱད་པ་ལ་འདོད་སྤྱོད་སྤྱོད་འཛིག་  
སྤྱོད་གསུམ། དགུ་པ་ལ་འདོད་པ་ཉི་བར་ལེན་པ། དེ་བཞེན་དུ་ལྟ་བ་ཚུ་ལ་  
ཞུགས་མཆོག་འཛིན་བདག་ཏུ་སྦྱ་བ་ཉི་བར་ལེན་པ་སྟེ་བཞི། བཅུ་པ་ནི་སྤར་  
ཀྱི་ལས་དེ་གསོས་བཏབ་ནས་རྒྱས་པ་མཐུ་ཅན་དུ་གྱུར་པའོ། །བཅུ་གཅིག་  
པ་ནི། སྤྱི་གནས་སྤྱིའི་མཆོམས་སྤྱར་བའོ། །བཅུ་གཉིས་པ་ནི་ཕྱང་པོའི་  
རིས་མཐུན་འདོར་བ་ན་ཆོད་གཞན་དུ་འགྱུར་བའོ། །དེ་ཡང་མ་རིག་པ། འདུ་  
བྱེད་ཀྱི་ལས། སྤྱོད་པ། ལེན་པ། སྤྱོད་ལས་ལྷ་ནི་རྒྱ་དང་། འབྲས་དུས་ཀྱི་རྣམ་  
ཤེས། མིང་གཟུགས། སྤྱི་མཆེད་དུག་ །རིག་པ། ཆོར་བ། སྤྱི་བ། རྒྱ་ཤི་བདུན་  
ནི་འབྲས་བུ་ཡིན་ལ། རྒྱ་དེ་དག་གིས་འབྲས་བུ་དེ་རྣམས་ཇི་ལྟར་འཕེན་པ་  
དང་འགྲུབ་པ་ནི། ཡན་ལག་དང་པོ་མ་རིག་པའི་དབང་གིས་གཉིས་པ་འདུ་  
བྱེད་ཀྱི་ལས་བསགས། ལས་དེས་རྒྱ་དུས་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་སྤྱོད་དུ་ཡང་སྤྱོད་

ཕྱི་མ་འབྲུག་རྒྱུ་གི་བཀའ་ཆགས་བཞག། བཀའ་ཆགས་དེ་ལ་སྲིད་ལེན་གཉིས་  
 གྱིས་གསོས་བཏབ་པས་ལས་དེ་ཡང་སྲིད་ཕྱི་མ་བསྐྱེད་པའི་རྒྱས་པ་མཐུ་  
 ཅན་དུ་གྱུར་པའི་སྲིད་ལས་སུ་གྱུབ། སྲིད་ལས་དེས་རྒྱ་དུས་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་དེ་  
 མངལ་དུ་ཉིད་མཆམས་སྐྱར་མ་ཐག་དུ་འབྲས་དུས་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་སུ་སོང་བ་  
 དང་མཉམ་དུ་སྐྱེ་བ་གྱུབ། དེའི་ཆེ་མིང་གཟུགས་ཀྱི་འགོ་བཅམས་པ་ནས་  
 ཆོར་བའི་བར་དང་སྐྱེ་ན་ཡང་རིམ་གྱིས་གྱུབ་པོ། །

༥ གཉིས་པ་བསྐྱེད་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། ཉོན་མོངས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་དང་། རྒྱ་  
 འབྲས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་ལོ། མ་རིག་པ་སྲིད་ལེན་གསུམ་ནི་ཉོན་མོངས་ཀྱི་ཀྱན་ནས་  
 ཉོན་མོངས་པར་འདུ། འདུ་བྱེད་དང་སྲིད་ལས་གཉིས་ལས་ཀྱི་ཀྱན་ནས་ཉོན་  
 མོངས་པར་འདུ། ལྷག་མ་བདུན་ནི་གཞིའི་ན་ནས་ཉོན་མོངས་པར་འདུ་ལོ། །  
 གཉིས་པ་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་ནི། མ་རིག་པ་དང་འདུ་བྱེད་རྒྱ་དུས་ཀྱི་རྣམ་  
 ཤེས་གསུམ་ནི་འཕྲུལ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་དང་། འབྲས་དུས་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་ནས་ཆོར་  
 བའི་བར་ནི་དེས་འཕངས་པའི་འབྲས་བྱ་ཡིན། སྲིད་ལེན་སྲིད་པ་གསུམ་ནི་  
 འབྲུག་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་དང་། སྐྱེ་བ་དང་ན་ཤི་གཉིས་པོ་དེས་འཕངས་པའི་འབྲས་  
 བུ་ལོ། །འཕངས་པའི་དོན་ནི་མ་རིག་པས་ཀྱན་ནས་བསྐྱེད་ཏེ་འདུ་བྱེད་ཀྱིས་  
 ལས་བསགས་པའི་བཀའ་ཆགས་རྒྱ་དུས་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་སྐྱེད་དུ་བསྐྱོས་པའི་  
 ཚུལ་གྱིས་མིང་གཟུགས་ནས་ཆོར་བའི་བར་འབྲུག་རྒྱུ་དུ་བྱས་པའི་དོན་

ནོ། །གྲུབ་པའི་དོན་ཡང་སྤར་འཕངས་པ་དེ་ཉིད་རི་ལྷ་བ་བཞིན་དུ་གྲུབ་པར་  
བྱས་པའོ། །

༥ གསུམ་པ་ཆེ་དུ་ལ་རྫོགས་པ་ནི། བཅུ་གཉིས་པོ་དེ་སྤྱར་ན་ཆེ་  
གཉིས་ལ་རྫོགས་རྒྱས་ཤིང་། བྱལ་ཡང་ཆེ་གསུམ་ལས་མི་འབྱང་བར་རྫོགས་  
རྒྱས་སོ། །རི་ལྷ་བ་བྱལ་ཡང་ཆེ་གསུམ་དུ་མ་ངེས་པའི་སྦྱོན་མེད་དེ། འཕེན་  
བྱེད་དང་འཕངས་པའི་འབྲས་བྱེད་བར་དུ་ཆེ་དུ་མས་ཆོད་པ་ཡོད་ཀྱང་རྟེན་  
འབྲེལ་གཞན་གྱི་ཆེ་ཡིན་གྱི། རྟེན་འབྲེལ་ཆར་གཅིག་གི་དབང་དུ་བྱས་པའི་  
ཆེ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། སྤྱར་ཡང་ཆེ་གཅིག་ཁོ་ན་ལ་རྫོགས་པ་ནི་མི་སྤྲིད་དེ།  
འདི་དག་ཆེ་སྤར་མ་ལ་བསགས་པའི་ལས་ལ་བརྟེན་ནས་སྦྱེ་བ་བྱི་མ་ལེན་པའི་  
རྒྱ་འབྲས་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། འོ་ན། མདོ་ལས། གོ་རིམ་  
བཤད་པ་དང་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། མི་འགལ་ཏེ། མདོ་ལས་བཤད་པ་ནི་སྤར་མ་  
ལས་བྱི་མ་འབྱང་བའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རིམ་པ་གཞན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ལ།  
འདིར་སྤྲེད་ལེན་སྤྲིད་པ་གསུམ་གོང་དུ་སྤངས་པ་ནི་གང་ཟག་གཅིག་སྤྲིད་  
པར་སྦྱེ་བ་ལེན་པའི་རྒྱ་འབྲས་ཆར་གཅིག་གི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་པའི་  
བྱིར། འོ་ན། བྱང་སེམས་མཐོང་ལམ་པས་རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་  
ལ་ལྷགས་མཐུན་ལྷགས་མི་མཐུན་དུ་རྫོགས་ཚུལ་གང་ཞེ་ན། བྱང་སེམས་དེ་  
ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་ལྷགས་མཐུན་མི་མཐུན་དུ་རྫོགས་ཚུལ་ཡོད་

དེ། མཉམ་གཞག་སེལ་རྣམ་པར་བསྐྱེད་ས་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ལས་ལངས་  
 རྩེས་སུ་མ་རིག་པའི་རྒྱུན་གྱིས་འདུ་བྱེད་འབྲུང་བ་ནས། རྒྱེ་བའི་རྒྱུན་གྱིས་  
 ཀ་ཞི་འབྲུང་བའི་བར་གྱི་ཉོན་མོངས་ཕྱོགས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་ལུགས་མ་ཐུན་  
 དང་། མ་རིག་པ་འགགས་པས་འདུ་བྱེད་འགག་པ་ནས་རྒྱེ་བ་འགགས་པས་  
 ཀ་ཞི་འགག་པའི་བར་རྣམ་བྱང་ཕྱོགས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་ལུགས་མ་ཐུན་དང་།  
 ཡང་ཀ་ཞི་རྒྱེ་བ་ལས་འབྲུང་བ་ནས་འདུ་བྱེད་མ་རིག་པ་ལས་འབྲུང་བའི་  
 བར་ཉོན་མོངས་ཕྱོགས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་ལུགས་མི་མ་ཐུན་དང་། ཀ་ཞི་འགགས་  
 པས་མ་རིག་པ་འགག་པའི་བར་རྣམ་བྱང་ཕྱོགས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་ལུགས་མི་  
 མ་ཐུན་ལ་རྟོགས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར། །

༥ གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྟོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་གཞི་གྲུབ་ན་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་  
 དགོས་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཡིན་ན། རང་  
 བཞིན་གྱིས་སྟོང་བ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། བྱབ་སྟེ། དེ་ཕྱིར་  
 སྟོང་བ་མ་ཡིན་པའི། །ཆོས་འགའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་  
 ཕྱིར། ན་མ་བྱབ་སྟེ། དེ་ནི་བདེན་པས་སྟོང་བ་ལ་དགོངས་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་  
 རུས་སོ། །ཁ་ཅིག་ འཕགས་པའི་རྒྱུད་ལ་ཡན་ལག་བཙུག་ཉིས་ཀྱི་ཐོག་མར་  
 གྱུར་པའི་མ་རིག་པ་ཡོད་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་མ་རིག་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
 ཟེར་ན། མ་བྱབ། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེའི་རྒྱུད་ལ་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་ལས་གསར་



དུ་གསོག་པའི་མ་རིག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྟོན་འབྲེལ་མདོ་འབྲེལ་  
ལས། བདེན་པ་མཐོང་ལ་འཕེན་པ་མེད། །ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག  
ཡན་ལག་བརྩ་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་མའི་མ་རིག་པ་ལ་མ་རིག་པ་ཀྱན་བཏགས་  
ཡོད་པར་ཐལ། འཁོར་བའི་རྩ་བར་གྱུར་བའི་མ་རིག་པ་ཀྱན་བཏགས་ཡོད་  
པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འཁོར་པར་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་ལས་ཀྱན་ནས་སྒྲོང་བའི་མ་  
རིག་པ་ཀྱན་བཏགས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་བྲལ། ཁ་ཅིག འཕགས་  
པའི་རྒྱད་ལ་ཡན་ལག་གཉིས་པ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་ལས་ཡོད་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་  
ལ་ཟག་བཅས་ཀྱི་ལས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ན་མ་བྲལ། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། དེའི་རྒྱད་  
ལ་ཡན་ལག་དང་པོའི་མ་རིག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། བྲལ་སྟེ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་  
ཡན་ལག་གཉིས་པ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་ལས་གསོག་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་ཡན་  
ལག་དང་པོ་གཉིས་སོ་སྐྱེའི་རྟོན་ཁོ་ན་ལ་གསོག་པ་ཡིན་ནོ། །ཁ་ཅིག རྟོན་  
འབྲེལ་ཡན་ལག་བརྩ་གཉིས་པོ་སྒྲོམ་པའི་འཕགས་པ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་  
ལྷགས་མ་ཐུན་དང་ལྷགས་མི་མ་ཐུན་དུ་སྒྲོམ་པའི་འཕགས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་  
ན་མ་བྲལ། རྟགས་དེར་ཐལ། དེ་ལྟར་སྒྲོམ་པའི་བྱང་ལེམས་མཐོང་ལམ་པ་  
ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། མ་རིག་པ་སྒྲོམ་པའི་འཕགས་པ་མེད་པའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། མ་རིག་པ་སྒྲོམ་པ་ལ་དགོས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག ཡན་  
ལག་བརྩ་གཉིས་པོ་བྲལ་ན་ཆེ་གསུམ་ལ་ངེས་པར་རྫོགས་རྒྱས་པ་མི་འཐད་

པར་ཐལ། དེ་ཆེ་བཞི་ལ་རྫོགས་དགོས་པ་ཞིག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 དཔེར་ན། མིའི་རྟེན་ཞིག་ལ་མ་རིག་པས་ཀྱུན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་ལས་བསགས།  
 ལས་དེ་ལ་སྲིད་ལེན་གཉིས་ཀྱིས་གསོས་མ་བཟུང་བར་ལྟར་སྒྲེ་བ་སྐྱངས།  
 རྟེན་དེ་ལ་སྲིད་པས་གསོས་བཟུང་ཀྱི་ལེན་པས་གསོས་མ་བཟུང་བར་ཡང་  
 མིར་སྒྲེ་བ་སྐྱངས། རྟེན་དེ་ལ་ལེན་པས་གསོས་བཟུང་ནས་ལྟར་སྒྲེ་བ་ལེན་པ་  
 ཞིག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ལྟར་འདོད་པའི་ལུགས་ཞིག་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་བྱུང་སྟེ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་མི་བཞེད་པའི་ཕྱིར། རྒྱས་པར་ནི་  
 གཞན་དུ་ཤེས་དགོས་སོ། །

### སྒྲོམ་ལམ་རྩེ་སྒྲུབ།

༥ གསུམ་པ་སྒྲོམ་ལམ་རྩེ་སྒྲུབ་བཤད་པ་ལ་གསུམ། གཉེན་པོ་སྒྲོམ་  
 ལམ་བཤད་པ་དང་། སྤང་བྱ་རྟོག་པ་བཤད་པ་དང་། སྤང་བྱ་དེ་སྤངས་པའི་  
 བན་ཡོན་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། འགོག་དང་བཅས་པའི་སྒྲོམས་འཇུག་  
 དགྲུ། །ཞེས་པ་ནས། འགོག་པའི་བར་དུ་མི་འདྲར་འགོར། །ཞེས་པའི་བར་  
 གསུངས་ཏེ། རོན་ནི། འགྲེལ་པ་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ནི་  
 བསམ་གཏན་དང་པོ་ནས་བཟུང་སྟེ་འགོག་པའི་བར་དུ་སོང་ནས། དེའི་འོག་  
 ཏུ་འགོག་པ་ནས་བཟུང་སྟེ་བསམ་གཏན་དང་པོའི་བར་དུ་འོངས་ཏེ། ཞེས་པ་  
 ནས། སྒྲོམ་པའི་ལམ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས། འཕྲོས་ནི། རབ་

འབྱོར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོའི་ཉིང་རེ་འཛིན་སེལ་  
རྣམ་པར་བསྐྱེདས་པ་གང་ཞེ་ན། རབ་འབྱོར་འདི་ལ་བྱང་ཆེན་འདོད་པས་  
དབེན་པའི་སྤྲིག་ཏེ་མི་དགོ་བའི་ཆོས་ཀྱིས་དབེན་པ། རྟོག་པ་དང་བཅས་  
དཔྱེད་པ་དང་བཅས་པ། དབེན་པ་ལས་སྦྱེས་པའི་དགའ་བ་དང་། ཞེས་  
སོགས་ལས་འཕྲོས་སོ། །

འདི་ལ་གཉིས། ཆོག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་ནི། ས་  
བརྒྱད་པ་བའི་རྒྱད་ཀྱི་སེལ་རྣམ་པར་བསྐྱེདས་པའི་སྣོམས་འཇུག་ཆོས་ཅན།  
ཐོད་ཀླུ་སྣོམས་འཇུག་གི་སྦྱོར་བ་ཡིན་ཏེ། ཐོད་ཀླུ་ཀྱི་དངོས་གཞིའི་སྣོན་  
འགོ་འགོག་པ་དང་བཅས་པའི་སྣོམས་འཇུག་དགྲ་པོར་བར་དུ་གང་ཡང་མ་  
བརྟུག་པར་ལུགས་མཐུན་ལུགས་མི་མཐུན་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་ཡར་སོང་  
ཞིང་། མར་འོང་ནས་སྣོམས་པར་འཇུག་པའི་མངོན་རྟོགས་མངོར་བཤད་པ་  
དེ་ཡིན་པའི་བྱིར། ས་བརྒྱད་པའི་རྒྱད་ཀྱི་མཉམ་གཞག་མ་ཡིན་པའི་འདོད་  
པར་གཏོགས་པ་སྟེ། དེའི་སས་བསྐྱེད་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པས་ས་མཆོམས་  
བཟུང་སྟེ་རང་ལ་འདོད་སེམས་སྤེལ་བའི་སྣོམས་དེ་ཆོས་ཅན། ཐོད་ཀླུ་དུ་  
ནི་སྣོམས་པར་འཇུག་པའི་དངོས་གཞི་ཡིན་ཏེ། །སྦྱོར་བ་སེལ་རྣམ་བསྐྱེདས་  
སྣོན་དུ་བཏབ་ནས་དང་པོར་འགོག་པ་ལ་སྣོམས་པར་འཇུག །དེ་ལས་ལངས་  
པ་དང་འདོད་སེམས་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད། དེ་ཡང་འགོག་པ་གཅིག་སུ་པ་ཀླུ་

ནས་སྤྱིད་ཅེ་དང་། དེ་ནས་འདོད་སེམས། དེ་ནས་འགོག་པ་དང་སྤྱིད་ཅེ་  
གཉིས་ཉིས་པ་ཀལ་ནས་ཅི་ཡང་མེད་དང་། དེ་ནས་ཡང་འདོད་སེམས། དེ་  
ལྟར་གསུམ་པ་ཀལ་ནས་ནམ་ཤེས་མཐའ་ཡས་དང་། དེ་ནས་ཡང་འདོད་  
སེམས། དེ་ལར་བཞི་པ་ཀལ་ནས་ནམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་དང་། ཡང་འདོད་  
སེམས། དེ་ལྟར་ལྔ་པ་ཀལ་ནས། བསམ་གཏན་བཞི་པ་དང་འདོད་སེམས། དེ་  
ལྟར་དྲུག་པ་ཀལ་ནས་བསམ་གཏན་གསུམ་པ་དང་འདོད་སེམས། དེ་ལྟར་  
བདུན་པ་ཀལ་ནས་བསམ་གཏན་གཉིས་པ་དང་འདོད་སེམས། དེ་ལྟར་བརྒྱད་  
པ་ཀལ་ནས་བསམ་གཏན་དང་པོ་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་དེ་ལས་ལངས།  
ནས་འདོད་སེམས་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྟོམ་ལམ་ཡིན་པའི་བྱིར་  
ས་བརྒྱད་པ་བའི་རྒྱད་ཀྱི་ཐོད་ཀལ་སྟོམས་འཇུག་གི་ཉིང་རེ་འཛིན་ཆོས་ཅན།  
སྟོམ་ལམ་ཅེ་སྟོར་གྱི་རང་བཞིན་ཐོད་ཀལ་གྱི་སྟོམས་འཇུག་ཅེས་པ་བྱ་སྟེ།  
འགོག་པ་དང་བཅས་པའི་སྟོམས་འཇུག་དགའའི་བར་དུ་འདོད་སེམས་སྟེལ་ཏེ་  
སྟེལ་གཞི་དང་སྟེལ་ཆོས་མི་འདྲ་བ་སྟེལ་ནས་འགོ་བའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་རྗེས་ལ་  
མངོན་ཏོགས་ཡིན་པའི་བྱིར་

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་ཐོད་  
ཀལ་གྱི་སྟོམས་འཇུག་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་མཁྱེན་པ་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཐེར་  
ན། ཕྱིར་མི་འོང་གི་རྒྱད་ཀྱི་ཐོད་ཀལ་གྱི་སྟོམས་འཇུག་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ།

དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར། དེའི་རྒྱུད་ལ་བསམ་གཟུགས་ཟག་མེད་ལ་ཟག་བཅས་སྤེལ་བའི་ཐོད་  
 ཀལ་གྱི་སྟོམས་འཇུག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མཛོད་ལས། ས་བརྒྱད་  
 རྣམ་གཉིས་འབྲེལ་བ་དང་། །གཅིག་ཀྱི་སོང་ཞིང་འོང་ནས་ནི། །རིས་མི་  
 མཐུན་པ་གསུམ་བར་འགོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་བྱས་སོ། །ཁ་  
 ཅིག་སྤེལ་གཞི་དང་སྤེལ་ཆོས་མི་འདྲ་བར་སྤེལ་ནས་སྟོམས་པར་འཇུག་པའི་  
 སྟོམས་འཇུག་ །ཐོད་ཀལ་གྱི་དངོས་གཞིའི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། ཕྱིར་མི་འོང་  
 གི་རྒྱུད་གྱི་བསམ་གཟུགས་སྤེལ་སྟོམ་དུ་གྱུར་པའི་སྟོམས་འཇུག་ཆོས་ཅན།  
 མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ། མཆོན་ཉིད་དེའི་ཕྱིར། འདོད་མི་བྱས་ཏེ། བསམ་གཟུགས་  
 སྤེལ་སྟོམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་མཐར་གནས་སྟོམས་འཇུག་དགྲུ་ལ་སྤེལ་  
 གཞི་སྤེལ་ཆོས་མི་འདྲ་བར་སྤེལ་ནས་སྟོམས་པར་འཇུག་པའི་སྟོམས་འཇུག་  
 །ཐོད་ཀལ་གྱི་དངོས་གཞིའི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་  
 རྒྱུད་གྱི་བསམ་གཟུགས་བརྒྱུད་སྤེལ་གཞིར་བྱས་ནས་འགོག་པ་སྤེལ་ཆོས་  
 ལུ་བྱས་པའི་ཐོད་ཀལ་གྱི་དངོས་གཞི་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ།  
 མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་ཡར་འོང་བསམ་གཟུགས་བརྒྱུད་ལ་འགོག་པ་  
 སྤེལ་བའི་ཐོད་ཀལ་གྱི་དངོས་གཞི་གཅིག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འགོག་



བ་སྤེལ་ཆོས་སུ་བྱས་པའི་ཐོད་ཀྱི་དངོས་གཞི་གཅིག་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
 འདོད་མི་རྣམས་ཏེ། མཐར་གནས་སྟོམས་འཇུག་དགུ་ལ་སྤེལ་གཞིར་མ་བྱས་  
 པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་རིམ་པ་འཆོལ་བར་འཇུག་པའི་སྟོམས་  
 འཇུག་ཡིན་ན། ཐོད་ཀྱི་དངོས་གཞི་ཡིན་པས་བྱུང་བའི་དེ་མི་འཐད་  
 པར་ཐལ། ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་རིམ་པ་འཆོལ་བར་འཇུག་པའི་ཕྱིར་རོལ་བ་ཡོད་  
 པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བསམ་གཟུགས་བརྒྱད་ལ་རིམ་པ་འཆོལ་བར་འཇུག་  
 པའི་ཕྱིར་རོལ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ བྱང་སེམས་སྒྲོམ་ལམ་པའི་རྒྱུ་ཀྱི་  
 མཐར་གནས་སྟོམས་འཇུག་དགུ་ལ་སྤེལ་གཞི་སྤེལ་ཆོས་མི་འདྲ་བ་མ་སྤེལ་  
 བར་ལུགས་མཐུན་དུ་སྟོམས་པར་འཇུག་པའི་སྟོམས་འཇུག་དེ། ཐོད་ཀྱི་  
 ཀྱི་དངོས་གཞི་ཆུང་དུ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་སྤེལ་གཞི་སྤེལ་ཆོས་  
 མི་འདྲ་བར་སྤེལ་བའི་སྟོམས་འཇུག་ཡིན་པར་ཐལ། ཐོད་ཀྱི་དངོས་གཞི་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་སྟེ། ཅ་བར། མི་འདྲར་འགྲོ་ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
 འདོད་མི་རྣམས་སོ། །ཁ་ཅིག་ ཐོད་ཀྱི་དངོས་གཞི་ཆུང་དུ་མེད་ཟེར་ན། དེ་  
 ཞིག་དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཐོད་ཀྱི་དངོས་གཞི་འབྲིང་དང་ཆེན་པོ་ཡོད་  
 པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐོད་ཀྱི་དངོས་གཞི་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བ་  
 གཅིག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། ཐོད་ཀྱི་དངོས་གཞི་ཆུང་དུ་ཡོད་  
 པར་ཐལ། ཐོད་ཀྱི་དངོས་གཞི་ཐོང་མ་ཐག་པ་གཅིག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་

ཅིག ཚུམ་པ་དང་པོའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་ཐོད་ཀླུ་ཆེན་པོའི་དངོས་གཞི་  
 ཡོད་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་ཐོད་ཀླུ་གྱི་  
 དངོས་གཞི་ཡིན་ན། ཐོད་ཀླུ་ཆུང་དུའི་དངོས་གཞི་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར།  
 ཁ་ཅིག ཡར་འོང་བསམ་གཟུགས་བརྒྱད་ལ་འདོད་སེམས་སྤེལ་བའི་ཐོད་  
 ཀླུ་གྱི་དངོས་གཞི་མེད་ཟེར་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་རྩལ་  
 བྱང་ནས་ཡར་འོང་བསམ་གཟུགས་བཞི་ལ་འདོད་སེམས་སྤེལ་བའི་ཐོད་ཀླུ་  
 གྱི་དངོས་གཞི་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གསེར་འབྲེང་ལས། དབང་ཐོབ་པ་  
 རྣམས་ཀྱི་དགའ་མགུར་ཞུགས་པས་ཚོག་པའི་ཕྱིར། འདི་མི་མཆོན་པ་ཅམ་  
 དུ་སེམས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་  
 རྒྱུད་ལ་མཐར་གནས་སྟོམས་འཇུག་དགུ་ལ་འདོད་སེམས་སྤེལ་བའི་ཐོད་  
 ཀླུ་གྱི་དངོས་གཞི་ཡོད་ཟེར་ན། དེ་མེད་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་  
 པའི་རྒྱུད་ལ་མཉམ་པར་མ་བཞག་པའི་འདོད་སེམས་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་  
 ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་མཉམ་པར་མ་བཞག་པའི་སེམས་མེད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག  
 སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ལ་བསམ་གཟུགས་དང་པོ་ལས་ལངས་རྗེས་སུ་  
 འགོག་པ་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་པའི་སྟོམས་འཇུག་ཡོད་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་  
 པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ལ་མཉམ་གཞག་ལས་ལངས་པའི་  
 ཞེས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཉེ། དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཞེས་པ་ཡིན་ན། ལྷོང་ཉིད་ལ་མཉམ་

པར་བཞག་པའི་ཤེས་པ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་དམན་ལམ་སྡོན་དུ་  
མ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་ལྷ་པ་བའི་རྒྱུད་ལ་མཐར་གནས་སྟོམས་འཇུག་དགུ་  
ལ་འདོད་སེམས་སྤེལ་བའི་ཐོད་ཀླལ་གི་དངོས་གཞི་མེད་ཟེར་ན། དེ་ཡོད་  
པར་ཐལ། མཐར་གནས་སྟོམས་འཇུག་དགུ་ཐོབ་པའི་དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་  
ཐལ། ཉིང་ངེ་འཇིན་གི་སྒོ་བརྒྱ་ཐག་དུ་མ་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་པའི་དེ་ཡོད་  
པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཡོན་ཏན་བརྒྱ་ཐག་བཙུ་གཉིས་སོགས་ཐོབ་པའི་དམན་  
ལམ་སྡོན་དུ་མ་སོང་བའི་ས་དང་པོ་པ་སོགས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ཡར་  
འོང་མཐའི་འགོག་པ་ལས་ལངས་རྗེས་སུ་སྤིང་ཅེར་བྱད་ཆུང་བྱེད་པའི་དོན་  
ནི། འགོག་པ་ལ་འགོག་པ་སྤེལ་བའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ཟེར་ན། འོ་ན། འགོག་པ་ལ་  
འགོག་པ་སྤེལ་བའི་ཐོད་ཀླལ་གི་དངོས་གཞི་གཅིག་ཡོད་པར་ཐལ། དམ་  
བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། སྤེལ་གཞི་སྤེལ་ཆོས་མི་འདྲ་  
བ་སྤེལ་བའི་སྟོམས་འཇུག་ཡིན་པར་ཐལ། ཐོད་ཀླལ་གི་དངོས་གཞི་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་བྱས་སོ། །

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། ཐོད་ཀླལ་གི་དངོས་གཞི་འདེན་བྱེད་གི་  
རིགས་སུ་གནས་ཤིང་། ཉིང་ངེ་འཇིན་ལ་རིམ་པ་མ་འཆོལ་བར་འཇུག་པའི་  
སྟོམས་འཇུག །ཐོད་ཀླལ་གི་སྦྱོར་བའི་མཆན་ཉིད། རང་འདེན་བྱེད་གི་ཐོད་  
ཀླལ་གི་སྦྱོར་བས་བྲངས་པའི་སྒོ་ནས་ཉིང་ངེ་འཇིན་ལ་སྤེལ་གཞི་སྤེལ་ཆོས་

མི་འདྲ་བར་འཇུག་པའི་རིགས་སུ་གནས་པའི་སྟོམས་འཇུག། རྩོད་ཀྱི་གྱི་  
དངོས་གཞིའི་མཆན་ཉིད། སྐབས་འདིར་བསྟན་པའི་ཐོད་ཀྱི་གྱི་སྟོམས་  
འཇུག་དེ་ལ། ཡར་འོང་བསམ་གཟུགས་བརྒྱད་ལ་འགོག་པ་སྤེལ་བའི་ཐོད་  
ཀྱི་གྱི་དངོས་གཞི་དང་། མར་འོང་མཐར་གནས་སྟོམས་འཇུག་དགུ་ལ།  
འདོད་སེམས་སྤེལ་བའི་དེ་གཉིས་ཡོད་ལ། དེ་ཡང་རྩ་ཆེ་ག་གི་རྒྱུ་པ་དང་པོ་  
གཉིས་ཀྱིས་ཐོད་ཀྱི་གྱི་སྤྱོད་བ་སེལ་རྣམ་བསྐྱེད་ས་དང་། རྒྱུ་པ་ལྟག་མ་  
རྣམས་ཀྱིས་ཡར་འོང་མཐར་གནས་སྟོམས་འཇུག་དེ་གུ་ལ་འདོད་སེམས་  
སྤེལ་བའི་ཐོད་ཀྱི་གྱི་དངོས་གཞི་དངོས་སུ་བསྟན་ནས། བར་དུ་གང་ཡང་མ་  
བརྟག་པའི་ཡར་འོང་གཅིག་དང་། ཡར་འོང་བསམ་གཟུགས་བརྒྱད་ལ་  
འགོག་པ་སྤེལ་བའི་ཐོད་ཀྱི་གྱི་གཉིས་དོན་གྱིས་བསྟན་ཏེ། དེས་ན། ཡར་འོང་  
བསམ་གཟུགས་བརྒྱད་ལ་འགོག་པ་སྤེལ་ཆོས་སུ་བྱས་པའི་བྱང་སེམས་  
སྟོམས་ལམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྟོམས་འཇུག་དེ། སྐབས་འདིར་བསྟན་པའི་ཡར་འོང་  
ཐོད་ཀྱི་གྱི་དངོས་གཞིའི་མཆན་ཉིད། ཡར་འོང་འགོག་པ་ལས་ལངས་རྗེས་  
སུ་སྤིང་ཅེ་ལ་རྒྱད་ཆུང་བྱེད་པའི་རྒྱ་མཆན་ཡོད་དེ། རྩོད་པ་དང་པོའི་སྐབས་  
འདིར་ཡར་འོང་འགོག་པ་ལས་ལངས་རྗེས་སུ་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་རྩལ་དེ་ཅམ་  
མ་བྱུང་བའི་དབང་གིས་དེའི་དེ་མ་ཐག་སེམས་རགས་པ་འདོད་སེམས་  
མདོན་དུ་བྱེད་མི་རུས་པའི་བྱིར། དེ་ལྟར་ཡིན་ཏེ། ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་རྩལ་མ་

བྱང་བས་སེམས་ཞི་བ་མཐར་ཐུག་བའི་འགོག་པ་ལ་མཉམ་པར་གཞག་བའི་  
 མཉམ་བཞག་དེ་མ་ཐག་སེམས་མ་ཞི་ལ་འདོད་སེམས་མངོན་དུ་བྱེད་པར་མི་  
 རུས་བའི་ཕྱིར། མར་འོང་མཐར་གནས་སྟོམས་འཇུག་དགུ་ལ་འདོད་སེམས་  
 སྤེལ་ནས་སྟོམས་པར་འཇུག་བའི་བྱང་སེམས་སྒྲོམ་ལམ་བའི་རྒྱད་ཀྱི་  
 སྟོམས་འཇུག སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་བའི་མར་འོད་ཐོད་ཀྱི་  
 དངོས་གཞིའི་མཆན་ཉིད།

༺ གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྤོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག ཐོད་ཀྱི་དངོས་གཞི་ལ་  
 རྒྱང་འབྲིང་ཆེན་པོའི་རྣམ་གཞག་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཐོད་ཀྱི་དངོས་  
 གཞི་ལ་རྒྱང་དུ་མེད་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་ན་བྱང་སེམས་སྒྲོམ་ལམ་  
 བའི་རྒྱད་ཀྱི་མཐར་གནས་སྟོམས་འཇུག་དགུ་ལ་སྤེལ་གཞི་སྤེལ་ཆོས་མི་  
 འདྲ་བ་མ་སྤེལ་བར་ལུགས་མ་ཐུན་དུ་སྟོམས་པར་འཇུག་བའི་སྟོམས་འཇུག་  
 དེ། ཐོད་ཀྱི་དངོས་གཞི་རྒྱང་དུ་ཡིན་དགོས་པ་ལས་དེ་མ་ཡིན་བའི་ཕྱིར།  
 དང་པོ་དེར་ཐལ། དེ་ཐོད་ཀྱི་སྟོམས་འཇུག་ཡིན་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་  
 ལྟར་གསེར་འབྲིང་ལས་བཤད་བའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁུབ་སྟེ། རྣམ་བཤད་  
 ལས། དེ་མི་བཞེད་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་དེ་ཐོད་ཀྱི་སྟོམས་འཇུག་  
 བཏགས་པ་བར་བཞེད་བའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག དམན་ལམ་སྟོན་དུ་མ་སོང་བའི་ས་  
 ལྗེ་པ་མན་ཆད་ལ་གནས་བའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱད་ལ་ཐོད་ཀྱི་དངོས་



གཞི་མེད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ནམ་བཤད་ལས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན།  
སྤྱིན་མེད་དེ། དེ་ནི་འདིའི་དངོས་བསྟན་གྱི་ཐོད་ཀླུ་གྱི་དངོས་གཞི་བྱང་པར་  
ཅན་ཞིག་ལ་དགོངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ལ་  
ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་རིམ་བཤུ་འཆོལ་བར་སྟོམས་པར་འཇུག་པའི་སྟོམས་འཇུག་  
ཡོད་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་ཐོད་ཀླུ་གྱི་སྟོམས་འཇུག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། བྱ་  
སྟེ། ཐོད་ཀླུ་གྱི་སྐད་དོད་སྟེལ་ཞི་ཞེས་པ་ནི་རིམ་བཤུ་འཆོལ་བ་ལ་འཇུག་པའི་  
ཕྱིར་ན་མ་བྱ་སྟེ། འདོད་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ལ་བསམ་  
གཏན་དང་པོ་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག། དེ་ནས་བསམ་གཏན་གཉིས་པ་ཐོར་ཉེ་  
བསམ་གཏན་གསུམ་པ་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་པའི་སྟོམས་འཇུག་ཡོད་པར་  
ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། བསམ་གཏན་བཞི་ལ་མཉམ་པར་མ་བཞག་  
པའི་སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་  
ཕྱིར། འདོད་ན། མི་མཐུན་པར་ཐལ། དེ་ལ་མཉམ་པར་མ་བཞག་པའི་སངས་  
རྒྱས་འཕགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྟོམས་འཇུག་དགུ་ལ་མཉམ་  
པར་མ་བཞག་པའི་སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ཡར་འོང་  
བསམ་གཏན་གསུམ་བརྒྱུད་ལ་འགོག་པ་སྟེལ་ནས་མཉམ་པར་བཞག་པའི་ཐོད་  
ཀླུ་གྱི་དངོས་གཞི་ཡིན་པ་མེད་པར་ཐལ། དེའི་ཆེ་སྟོམས་འཇུག་གི་ཆ་  
ཤས་སུ་གྱུར་པའི་ཡེ་ཤེས་རེ་རེ་ནས་ཐོད་ཀླུ་གྱི་དངོས་གཞིར་མི་རུང་བའི་

ཕྱིར་ན་མ་ཁྲབ། ཁ་ཅིག་ འདོད་སེམས་དང་ཐོད་ཀྱི་དངོས་གཞི་གཞི་  
མ་ཐུན་པ་ཡོད་པར་ཐལ། སྐབས་འདིར་བསྟན་པའི་མཆོམས་འཛིན་གྱི་འདོད་  
སེམས་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་འདོད་སེམས་གང་ཞིག་ ཐོད་ཀྱི་  
གྱི་དངོས་གཞི་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། འདིར་བསྟན་པའི་འདོད་  
སེམས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ན་མ་ཁྲབ། ཕྱི་མ་དེར་ཐལ། ཐོད་ཀྱི་དངོས་  
གཞི་ཆ་ཤས་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ན་མ་ཁྲབ་པོ།

### སྒྲོམ་སྤང་རྟོག་པ།

གཉིས་པ་སྤང་བྱ་རྟོག་པ་ལ་གཉིས། གཟུང་རྟོག་དང་། འཛིན་རྟོག་  
བཤད་པའོ། དང་པོ་ལ་འཇུག་པ་གཟུང་རྟོག་དང་། སྒྲོག་པ་གཟུང་རྟོག་  
གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ནི། མདོར་བསྟུས་རྒྱས་དང་སངས་རྒྱས་ཀྱིས། །ཞེས་པ་  
ནས། སྒྱུར་བའི་རྣམ་པའི་སྒྱུད་ཡུལ་ཅན། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས་ཏེ། རོན་  
ནི། འགྲེལ་པར། མདོར་བསྟུས་པ་ལ་དགའ་བའི་སེམས་ཅན་རྗེས་སུ་འཛིན་  
པས། །ཞེས་སོགས་གསུང་། འཕྲོས་ནི། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཇི་ལྟར་བྱང་ཆེན་  
ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མདོ་དང་རྒྱས་པར་འཆོལ་བར་འགྱུར། །ཞེས་སོགས་  
ལས་འཕྲོས། གཟུང་རྟོག་གཉིས་པ་ནི། གཉིས་པ་སེམས་དང་སེམས་བྱང་  
རྣམས། །ཞེས་པ་ནས། སྒྲོམ་པའི་ལམ་ལ་ཞེས་པར་བྱ། །ཞེས་པའི་བར་  
གསུངས་ཏེ། རོན་ནི། འགྲེལ་པར། དག་བའི་བཤེས་གཉིན་སོགས་དང་བྲལ་

ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མི་སྤྱི་བ་དང་། ཞེས་སོགས་གསུང་།

འཕྲོས་ནི། སེམས་དང་པོ་བསྐྱེད་པ་ནས་ཉེ་བར་བཟུང་སྟེ། ཞེས་  
སོགས་ལས་འཕྲོས། འདི་ལ་གཉིས། ཚིག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་  
པོ་ལ་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་འཇུག་པ་གཟུང་རྟོག་ནི། གཉིན་པོ་སྒྱོར་བའི་རྣམ་པའི་  
སྒྱོད་ཡུལ་ཅན་གྱི་སྤང་བྱ་ཤེས་སྤྱིབ་འཇུག་པ་གཟུང་བའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་  
འདི་གཅིག་ཚེས་ཅན། བྱོད་ལ་རྣམ་པ་དགུ་ཡོད་དེ། མདོར་བསྡུས་པའི་  
གསུང་རབ་བརྗོད་བྱ་དང་བཅས་པ་ལ་དམིགས་ནས་འཇུག་བྱར་བདེན་པར་  
ཞེན་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་གསུང་རབ་རྒྱས་པ་བརྗོད་བྱ་དང་བཅས་པ་ལ་  
དམིགས་པ་དང་། སངས་རྒྱས་སོགས་ཀྱི་མགོན་གྱི་བཏང་བས་ཉེ་གྲོགས་  
ཀྱིས་ཡོངས་སུ་མ་བཟུང་བའི་གཉིན་པོ་ཤེར་ཕྱིན་ལ་དམིགས་པ་དང་།  
མཐོང་ལམ་གྱི་དུས་སུ་འདས་པ་སྒྱོར་ལམ་དང་། ད་ལྟ་བའི་མཐོང་ལམ་དང་  
མ་འོངས་པའི་སྒྲོམ་ལམ་སྟེ་དུས་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་དོན་དམ་པར་མེད་ཀྱང་  
ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་པ་ལ་དམིགས་པ་དུས་ལ་སྟོས་པ་གསུམ་དང་། ལེགས་པར་  
བྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་ལམ་ནི་སྒྱོར་ལམ་མཐོང་ལམ་སྒྲོམ་ལམ་རྣམ་པ་  
གསུམ་སྟེ་ལམ་གྱི་ངོ་བོ་ལ་དམིགས་ནས་འཇུག་བྱར་བདེན་པར་འཇིན་པའི་  
བདེན་འཇིན་གསུམ་དང་བཅས་པ་རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་ལྷོག་པ་གཟུང་རྟོག་ནི། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོམ་ལམ་པའི་ལམ་

གྱིས་བསྐྱུས་པའི་སེམས་དང་སེམས་བྱུང་། འཇུག་པའི་ཡུལ་ཅན་བར་ཆད་  
མེད་ལམ་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲོང་བ་ཡིན་པར་བཞེད་པའི་གཉིས་པ་ཤེས་སྐྱབ་ལྡོག་  
པ་གཟུང་རྟོག་ཆོས་ཅན། བྱོང་ལ་རྣམ་པ་དགུ་ཡོད་པར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། བྱོང་  
ལ་རེ་ཞིག་གི་བར་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་མི་སྐྱེ་བ་ལ་དམིགས་ནས་ལྡོག་བྱར་  
བདེན་པར་འཇིན་པ་དང་། བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སྒྲིང་པོ་ཆོས་སྐྱུ་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པ་ལ་  
དམིགས་ནས་དང་། ཐེག་པ་དམན་པ་ཉན་རང་གི་ཐེག་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལ་  
དམིགས་ནས་དང་། རྟོགས་པའི་བྱང་ཚུབ་ཐོབ་བྱར་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པ་ལ་  
དམིགས་ནས་དང་། ལམ་ཤེར་ཕྱིན་ཀྱི་གཟུགས་བརྟན་སྒྲོམ་པ་ལ་དམིགས་  
ནས་དང་། སྒྲིང་ཉིད་སྤྲོ་མོ་སྒྲོམ་པ་མེད་པ་ལ་དམིགས་ནས་དང་། སྒྲོམ་དང་  
སྒྲོམ་པ་མེད་པ་དེ་དག་ལས་ནི་བསྐྱོག་པ་སྒྲོམ་པ་མ་ཡིན་པ་དང་མི་སྒྲོམ་པ་  
མ་ཡིན་པ་ཉིད་ལ་དམིགས་ནས་ཞེན་པ་གཉིས་དང་། གནས་ལུགས་རིམ་ལྔ་བ་  
བཞེན་ཀྱི་དོན་མ་ཡིན་པ་ལ་དམིགས་ནས་ལྡོག་བྱར་བདེན་པར་རྣམ་པར་  
རྟོག་པ་རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་བྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་  
སྐབས་འདིར་བསྟན་ཀྱི་སྒྲུང་བྱ་རྟོག་པ་ཡིན་ན། ཤེས་སྐྱབ་ཡིན་པས་བྱུང་  
བེར་ན། གང་ཟག་གི་བདག་འཇིན་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། ཉགས་  
གསལ་སྒྲོལ། །ཁ་ཅིག་སྐབས་འདིར་བསྟན་པའི་ཤེས་སྐྱབ་ལྟན་སྐྱེས་ཡིན་ན།

བདེན་འཛིན་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། གཤམ་གསུམ་ཕྱིར་རོལ་དོན་འཛིན་གྱི་རྟོག་  
པ་སྟོན་སྤྱི་མཐའ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་ཅིག་  
ཞེས་སྤྱི་བ་འཇུག་པ་གཟུང་རྟོག་དང་། ཞེས་སྤྱི་བ་ལྟོག་པ་གཟུང་རྟོག་གང་  
རུང་ཡིན་ན། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་དེ་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན།  
མ་རིག་པ་ལ་དམིགས་ནས་ལྟོག་བྱར་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་  
ཀྱན་བཏགས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཞེས་སྤྱི་བ་ལྟོག་པ་  
གཟུང་རྟོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྤང་བྱ་ཀྱན་བཏགས་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། རང་གི་དམིགས་ལུལ་དུ་གྱུར་པའི་ཆོས་  
ཅན་ཆོད་གྲུབ་པ་ལ་དམིགས་ནས་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་སྟོན་  
སྤྱི་མཐའ་དེ། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་སྤང་བྱ་རྟོག་པའི་མཆོན་ཉིད། དེ་  
ལ་དེར་གྱུར་པའི་ལྟོག་པ་གཟུང་རྟོག་དང་། འཇུག་པ་གཟུང་རྟོག་གཉིས་ཡོད།

༦ གསུམ་པ་ཅོད་པ་སྤོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་  
པའི་སྤང་བྱ་རྟོག་པ་ཀྱན་བཏགས་མེད་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར།  
འདོད་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། སྐབས་འདིར་བསྟན་པའི་སྤང་བྱ་རྟོག་པ་ཀྱན་  
བཏགས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྱབ། ཁ་ཅིག་སྐབས་འདིར་བསྟན་པའི་  
ལྟོག་པ་གཟུང་རྟོག་ཡིན་ན། ལྟོག་པ་གཟུང་རྟོག་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། འདིར་



བསྟན་པའི་འཇུག་པ་གཟུང་རྟོག་ལ་འཇུག་པ་གཟུང་རྟོག་གིས་བྱུང་པའི་  
ཕྱིར། རྣམ་བྱུང་། འདོད་ན། ཉན་ཐོས་ཀྱི་མཐོང་ལམ་ལ་དམིགས་ནས་བྱང་  
སེམས་ལམ་གྱི་ལྗོན་བྱུང་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་ལྟན་སྐྱེས་  
ཆོས་ཅན། །དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར་འདོད་ན། ཉན་ཐོས་ཀྱི་མཐོང་ལམ་དེ་ལྗོན་བྱུང་  
ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །

༥ གཉིས་པ་འཛིན་རྟོག་ལ་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་རྩལ་འཛིན་རྟོག་པ་ནི།  
སེམས་ཅན་བྲགས་པའི་སྒྲིད་ཡུལ་དང་། །ཞེས་པ་ནས། །ཞེས་པར་བྱ་བ་  
བསྒྲགས་པ་ཡིན། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས་ཏེ། དོན་ནི། འགྲེལ་པར། རྩལ་སྒྲུ་  
ཡོད་པར་མི་སྐྱེ་བས་སེམས་ཅན་དུ་བྲགས་པ། །ཞེས་སོགས་གསུང་།  
འཕྲོས་ནི། བདག་གི་མི་སེམས་ཅན་སྟོག་གམ་གང་ཟག་མི་དམིགས་ན་ངི་  
ལྟར་བདག་གི་བསམ་དང་སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་དང་གང་ཟག་གི་ཁམས་  
གདགས་པར་བྱ། །ཞེས་སོགས་ལས་འཕྲོས་སོ། །གཉིས་པ་བྲགས་འཛིན་  
རྟོག་པ་ནི། སེམས་ཅན་བྲགས་དང་དེ་རྒྱ་ཡི། །ཞེས་སོགས་རྟེན་པ་བཞིས་  
མདོར་བསྟན་ནས། བདག་ཉིད་ངི་བཞིན་ཀུན་མཁྱེན་ནི། །ཞེས་པ་ནས། རྣམ་  
པར་རྟོག་པ་ཐ་མར་བཞེད། །ཅེས་པའི་བར་གྱིས་རྒྱས་པར་བཤད་དེ། དོན་ནི།  
འགྲེལ་པར། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་མ་ཞེས་པས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་  
མཁྱེན་པ་ཉིད་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་ལ་ཀུན་ཏུ་ཚིངས་པ་དང་། །ཞེས་སོགས་གསུང་།

འཕྲོས་ནི། རབ་འབྱོར་ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་ཉིད་ནི་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་  
རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སོགས་ལས་འཕྲོས་སོ། །

འདི་ལ་གཉིས། ཚིག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་  
ཀྱི་དང་པོ་རྫས་འཛིན་ཉོག་པ་ནི། སྤང་བྱ་རྗེས་སུ་འཛིན་པར་བྱེད་པ་དང་པོར་  
གནས་པ་དེ་ལྟར་ཤེས་པར་བྱ་བ་མདོ་ལས་བསྒྲགས་པ་གང་ཡིན་པའི་སྒྲོམ་  
སྤང་རྫས་འཛིན་ཉོག་པ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་རྣམ་པ་དགུ་ཡོད་དེ། སེམས་ཅན་  
དུ་བཏགས་པའི་སྤྱོད་ཡུལ་སོ་སྤྱེ་ལ་དམིགས་ནས་ལོངས་སྤྱོད་པ་པོ་བདེན་  
པར་ཞེན་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་བྱང་སོགས་ལ་ཆོས་སུ་བཏགས་པ་ཅམ་གྱིས་  
གང་ཟག་ཏུ་དམིགས་ནས་དང་། ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་པས་སྤྱོད་པ་མིན་པ་ཉིད་ཀྱི་  
མཁྱེན་གསུམ་སྒྲོམ་པའི་གང་ཟག་ལ་དམིགས་ནས་དང་། དམིགས་པ་ལ་  
བདེན་པར་ཆགས་པའི་སོ་སྤྱེལ་དང་། གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་རབ་ཏུ་འབྱེད་  
པའི་བདག་ཉིད་ཅན་བྱང་སེམས་ལ་དང་། དམན་པའི་བྱང་འདས་ཀྱི་དངོས་  
པོ་ཐོབ་བྱར་བྱེད་པའི་ཉན་རང་འཕགས་པ་ལ་དང་། ཐེག་པ་གསུམ་གྱིས་  
ངེས་པར་འབྱུང་བའི་བྱང་སེམས་ལ་དང་། སྤྱིན་བདག་གི་ཡོན་ནི་དག་པ་མ་  
ཡིན་པའི་ཉན་ཐོས་ཆོགས་ལམ་པ་ལ་དང་། ཕྱིན་དུག་གི་སྤྱོད་པ་རྣམ་པར་  
འབྱུགས་པའི་ཉན་ཐོས་ཆོགས་ལམ་པ་ལ་དམིགས་ནས་ལོངས་སྤྱོད་བྱེད་དུ་  
བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་བྱིད།

༺ གཉིས་པ་བཏགས་འཛིན་རྟོག་པ་ལ་མདོར་བསྟན་རྒྱས་བཞད་  
 གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་ནི། སེམས་ཅན་དུ་ཐ་སྙད་བཏགས་པ་དང་ཐ་སྙད་དེ་  
 འདོགས་པའི་རྒྱ་ཡི་ཡུང་པོ་ལ་བདེན་པར་ཞེན་པའི་ཡུལ་ཅན་གཞན་སྒྲོམ་  
 སྤང་བཏགས་འཛིན་རྟོག་པ་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་ཀྱི་སྒྲོམ་པའི་ལམ་དེ་ཡིས་  
 རྣམ་པར་འཛོམས་པས་དེ་དང་འབྲེལ་པ་ཡི་མི་མ་ཐུན་པའི་སྤྱོད་པ་རྣམ་པ་  
 དགྲུ་ཡོད་དེ། དམིགས་ཡུལ་ཀྱི་དབྱེ་བས་དེ་ལྟར་ཡོད་པ་འཆད་པར་འགྱུར་  
 པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། རྟོག་པ་དེ་ཆོས་ཅན། དབྱེ་བ་དགྲུ་ཡོད་དེ། རང་གི་  
 དམིགས་པའི་བདག་ཉིད་རིམ་བཞིན་དུ་གཞི་ཤེས་སོགས་ཀྱི་མཁྱེན་ནི་  
 གསུམ་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་རྣམ་པ་གསུམ་སྤྱོད་པའི་སྒྲིབ་བྱ་ལ་དམིགས་ནས་ལོངས་  
 སྤྱོད་པ་བོར་བདེན་པར་འཛིན་པའི་ཚོངས་པ་གསུམ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་སྒྲིབ་  
 པ་ཐམས་ཅད་ཞི་བའི་ལམ་ལ་ཚོངས་པ་དང་། ཆོས་ཉིད་ཀྱི་དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་  
 སོགས་པ་དང་། ཆོས་ཅན་གཟུགས་སོགས་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་ངོ་བོ་  
 གཅིག་པ་དང་མི་ལྡན་པ་ངོ་བོ་ཐ་དད་པ་ལ་ཚོངས་པ་དང་ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གི་  
 ལམ་མི་མཉམ་པ་ལ་ཚོངས་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་སོགས་པ་བདེན་བཞིའི་  
 ཆོས་ཉིད་ལ་ཚོངས་པ་དང་། ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་སྒྲོ་བྱར་བ་ཉིད་ཀྱི་རང་  
 བཞིན་ལ་ཚོངས་པ་དང་། གཟུང་འཛིན་རྣམས་ཐ་དད་པའི་གཉིས་སུ་མེད་པའི་  
 དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་ཀྱན་དུ་ཚོངས་པའི་སྒྲིབ་བྱ་ལ་དམིགས་ནས་ལོངས་སྤྱོད་པ་

པོར་བདེན་པར་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཐ་མར་བཞེད་པ་རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་བྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ། ཁ་ཅིག་ཤེས་སྤྱོད་འཛིན་རྟོག་ཡིན་ན།  
སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་སྤང་བྱ་རྟོག་པ་ཡིན་པས་བྱུང་བེད་ན།  
ཤེས་སྤྱོད་རྣམས་འཛིན་རྟོག་པ་ཀུན་བཏགས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར།  
འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་བྱིར། བྱུང་སྟེ། སྐབས་འདིར་སྒོམ་  
སྤང་སྟན་སྤྱོད་འཆད་པའི་སྐབས་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་བྱང་སེམས་སྒོམ་  
ལམ་པའི་རྒྱུད་ལ་ཤེས་སྤྱོད་རྣམས་འཛིན་རྟོག་པ་ཡོད་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་  
འཐད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། བྱང་སེམས་སྒོམ་ལམ་པ་  
ཡིན་ན། ཆོས་ཐམས་ཅད་བཏགས་ཡོད་དུ་འཛིན་པས་བྱུང་པའི་བྱིར། དེར་  
ཐལ། དེ་ཡིན་ན། རང་གི་གཞལ་བྱ་བཏགས་ཡོད་དུ་རྟོག་སྤྱོད་ཡིན་པས་བྱུང་  
པའི་བྱིར། རྣམ་བྱུང་། ཁ་ཅིག་ཤེས་སྤྱོད་འཇུག་པ་གཟུང་རྟོག་དང་། ཤེས་  
སྤྱོད་རྣམས་འཛིན་རྟོག་པ་འགལ་བེད་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་ཀྱི་  
གཞི་མ་ཐུན་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོགས་ལམ་ལ་དམིགས་  
ནས་བྱང་སེམས་ཀྱི་ལམ་གྱི་འཇུག་བྱ་དང་འཇུག་བྱེད་གཉིས་ཀར་བདེན་  
པར་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་དེ་དེ་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་  
ཆེན་གྱི་ཆོགས་ལམ་དེ་བྱང་སེམས་ཀྱི་འཇུག་བྱ་འཇུག་བྱེད་གཉིས་ཀ་ཡིན་  
པའི་བྱིར།

༥ རང་ལུགས་ལ། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཤེས་སྒྲིབ་རྟོག་  
པ་ནི་སྟན་སྒྲིམ་ཡིན་ལ། འདྲུག་པ་གཟུང་རྟོག་དང་ཕྱོག་པ་གཟུང་རྟོག་གཉིས།  
རྩལ་འཛིན་རྟོག་པ་དང་བཏགས་འཛིན་རྟོག་པ་གཉིས་ཀྱི་བྱང་པར་ཡང་སྤར་  
མཐོང་ལམ་ཅེ་སྒྲོར་གྱི་སྤང་བྱ་ལ་རིགས་འགྲོས་ཀྱིས་ཤེས་པར་བྱའོ། །

༥ གསུམ་པ་པན་ཡོན་ནི། ཡམས་ནད་འདི་རྣམས་ཟད་ནས་ནི། །ཞེས་  
པ་ནས། རྣམ་པ་ཀྱན་ཏུ་རྟོན་པར་བྱེད། །ཅེས་པའི་བར་གསུངས་ཏེ། དོན་ནི།  
འགྲེལ་པར། སྒྲོམ་པའི་ལམ་གོམས་པས་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་རིགས་བཞི་བོ།  
ཞེས་པ་ནས། རྣམ་པས་བརྟོན་པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུང་། འཕྲོས་  
ནི། དཔེར་ན་སྒྲིམ་བྱ་ལ་ལ་ཞིག་སྤང་བྱ་བསྒྲིད་པར་འདོད་ནས་སྒྲིམ་བྱ་དེས་  
སྤང་བྱ་དེའི་རྩ་བ་མ་དམིགས་ཡལ་ག་དང་སྤྲོད་བོ་དང་། ཞེས་སོགས་ལས་  
འཕྲོས་སོ། །ཆོག་དོན་ནི། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྤང་རྟོགས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་མཆོག་  
གིས་སྤ་བ་སྟེ་མཛེས་པ་ཡི་སྒྲོམ་ལམ་ཆེན་པའི་ཆེན་པོ་ལ་གནས་པའི་  
སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་དེ་ཆོས་ཅན། བྱོང་ལ་ནི་ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་སྤངས་  
རྟོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གྱི་རིགས་སུན་སུམ་ཆོགས་པ་ཀྱན་རྣམ་པ་ཀྱན་ཏུ་བརྟོན་  
པར་བྱེད་དེ། རྟན་པ་རྟན་ལས་གྲོལ་ནས་ཡུན་རིང་ལོན་ནས་དགའ་བས་  
དབུགས་ཕྱིན་པ་ལྟར་མི་བཟད་པའི་ཡམས་ནད་དང་འདྲ་བའི་སྒྲོམ་སྤང་ཆུང་  
དུའི་ཆུང་དུ་སོགས་སྤང་བྱ་འདི་རྣམས་ཟད་ནས་ནི་རྣམ་པ་ཀྱན་ཏུ་འགྲོ་བ་ཡི་



སྒྲིབ་གཉིས་ཀྱི་ནད་སེལ་བར་བྱེད་པའི་སྤངས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་། རྒྱ་མཚོ་  
ཆེ་ལ་ཚུ་བོ་འདུ་བ་བཞིན་དུ་ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་རྟོགས་རིགས་རྣམས་ངང་  
གིས་འདུ་བས་འགྲོ་བའི་བདེ་བ་མ་ལུས་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་རྟོགས་པའི་  
ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པའི་སེམས་དཔའ་ཡིན་པའི་བྱིར།

### བར་ཆད་མེད་པའི་ཅེ་སྒྱུར།

༥ བཞི་པ་བར་ཆད་མེད་པའི་ཅེ་སྒྱུར་བཤད་པ་ལ་གཉིས། དངོས་ཀྱི་  
དོན་དང་། ལོག་རྟོག་བསལ་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། བསོད་ནམས་མང་པོས་  
མཚོན་ཏེ་བསྟན་པ་དང་། དམིགས་རྣམ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། སྟོང་གསུམ་  
སྒྱེ་བོ་ཉན་ཐོས་དང་། །ཞེས་པ་ནས། དེ་ནི་རྣམ་པ་ཀུན་མཁྱེན་ཉིད། །ཅེས་པའི་  
བར་གསུངས་ཏེ། དོན་ནི། འགྲེལ་པར། འགའ་ཞིག་གིས་སྟོང་གསུམ་གྱི་སྟོང་  
ཆེན་པོའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཀྱི་སེམས་ཅན་རྣམས། །ཞེས་སོགས་གསུང་།  
འཕྲོས་ནི། སེམས་དང་པོ་བསྐྱེད་པས་ཅི་ཡིད་ལ་བགྱི། བཀའ་སྩལ་པ། རྣམ་  
པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ཡིད་ལ་བྱའོ། །ཞེས་སོགས་ལས་འཕྲོས། གཉིས་  
པ་དམིགས་རྣམ་ནི། འདི་ཡི་དམིགས་པ་དངོས་མེད་དེ། །ཞེས་སོགས་རྟེན་  
པ་བཞི་གསུངས་ཏེ། དོན་ནི། བར་ཆད་མེད་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་འདིའི་དམིགས་  
རྒྱུན་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་དངོས་པོ་མེད་པར་དམིགས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་  
སོགས་གསུང་། འཕྲོས་ནི། རབ་འབྱོར་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ཀྱི་

དམིགས་པ་ནི་དངོས་པོ་མེད་པ། བདག་པོ་ནི་བླ་པ། རྣམ་པ་ནི་ཞི་བའི་  
མཆན་ཉིད་དེ་མཆན་ཉིད་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་སོགས་ལས་འབྲེས་སོ། །

འདི་ལ་གཉིས། ཆོག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་  
ཀྱི་དང་པོ་ནི། མདོ་ལས། སྟོང་གསུམ་གྱི་སྒྲེ་བོ་རྣམས་ཉན་ཐོས་དང་བསེ་རུ་  
ལྟ་བུའི་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྟོགས་པ་ལུན་སུམ་ཆོགས་པ་དང་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའི་སྒྲོན་མེད་པའི་ས་དང་པོ་ལ་བཀོད་པའི་དགོ་བ་རྣམས་བསོད་  
ནམས་ཆེ་བ་དཔེར་མཛད་ནས། དེ་བས་ཀྱང་རང་གི་བསོད་ནམས་ཆེས་མང་  
པོ་ཉིད་ཀྱིས་ནི་མཆོན་ཏེ་བསྟན་པའི་རྒྱན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་པའི་ཉིང་རེ་  
འཛིན་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། བར་ཆད་མེད་པའི་ཅེ་སྒྲོར་ཡིན་ཏེ་སངས་རྒྱས་ཉིད་  
ཀྱི་ཡེ་ཤེས་རྣམ་པ་ཀུན་མཁྱེན་པ་ཉིད་བར་ཆད་མེད་པར་དངོས་སུ་བསྐྱེད་  
པར་བྱེད་པའི་སེམས་དཔའི་རྣལ་འབྱོར་མཐའ་ཐུག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་  
པ་ནི་བདེན་པར་གྲུབ་པའི་དངོས་མེད་དེ་ཆོས་ཅན། བར་ཆད་མེད་པའི་ཅེ་  
སྒྲོར་འདི་ཡི་དམིགས་པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་སྒྲོ་འདོགས་གཅད་པར་བྱ་བའི་གཞི་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྒྱན་མཐའི་སྒྲོར་བའི་དུས་ཀྱི་བླ་པ་ཐེག་ཆེན་སེམས་  
བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། ཅེ་སྒྲོར་དེའི་བདག་པོའི་རྒྱུན་ཡིན་པར་བཞེད་དེ། དེ་  
དངོས་སུ་རང་དབང་དུ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་སེམས་དཔའི་རྣམ་འབྱོར་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། བར་ཆད་མེད་པའི་ཅེ་སྒྲོར་ཆོས་ཅན། རྣམ་པ་ཞི་བ་ཉིད་ཡིན་ཏེ།

སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སྟོན་ས་གཉིས་སྣང་གི་སྟོས་པ་ཞི་བའི་  
སེམས་དཔའི་རྣལ་འབྱོར་མཐར་ཐུག་ཡིན་པའི་བྱིར། བར་ཆད་མེད་ཅེའི་  
དམིགས་རྣམ་འདི་ཆོས་ཅན། ཤེན་ཏུ་བབ་པ་ཡིན་ཏེ། ཁྱོད་ལ་ནི་བདེན་  
གཉིས་ངོ་བོ་འགལ་བར་འཛིན་པའི་དབང་གིས་ཚོད་པ་རབ་ཏུ་སྤྲོ་བ་རྣམས་  
ཀྱིས་རྒྱུད་མར་གློལ་ཡང་སྒྲན་ཀའི་གནས་མ་ཡིན་པའི་བྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གཉིས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་ཆོས་  
ཐམས་ཅད་རྒྱན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་པའི་ཅེ་སྟོར་གྱི་དམིགས་རྒྱན་ཡིན་  
ཟེར་ན། འོ་ན། ཆོས་ཐམས་ཅད་དེའི་རྒྱན་ཡིན་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་  
པའི་བྱིར། འདོད་ན། ཆོས་ཐམས་ཅད་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་དེའི་རྒྱན་མ་ཡིན་པར་  
ཐལ། ཁྱོད་འདུས་མ་བྱས་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་སྐད་ཅིག་མའི་སྟོར་བ་ཡིན་  
ན། བར་ཆད་མེད་པའི་ཅེ་སྟོར་ཡིན་པས་བྱབ་ཟེར་ན། རྒྱན་མཐའི་སྟོར་བའི་  
ལམ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་བྱིར།  
བྱབ་སྟེ། ཐེག་ཆེན་སྟོ་འབྱེད་ལས། སྐད་ཅིག་མའི་སྟོར་བ་ལ་ཡང་སྟོར་བའི་  
ལམ་དང་བར་ཆད་མེད་པའི་ལམ་གཉིས་ཡོད་ལ། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར།  
འདོད་མི་རུས་ཏེ། བར་ཆད་མེད་ལམ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་  
ཅན་དེ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་བར་ཆད་མེད་ལམ་གང་ཞིག་ཅེ་སྟོར་ཡིན་ན།  
བར་ཆད་མེད་པའི་ཅེ་སྟོར་ཡིན་པས་བྱབ་ཟེར་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་

ཆད་མེད་ལམ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། རྒྱན་མཐའི་བར་  
ཆད་མེད་ལམ་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། །

༥ རང་ལུགས་ལ། བསོད་ནམས་མང་པོས་མཆོན་ཏེ་བསྟན་པའི་སྒོ་  
ནས་གནས་ངན་ལེན་གྱི་དྲི་མ་ཕྱ་མོ་དངོས་སུ་འཛོམས་བྱེད་གྱི་ཐེག་ ཆེན་གྱི་  
བར་ཆད་མེད་ལམ། བར་ཆད་མེད་པའི་ཅེ་སྒྲོར་གྱི་མཆན་ཉིད། བསལ་བྱ་  
ལོག་ཏྟིག་གཉིས་པ་ལོག་ཏྟིག་བསལ་བ་ནི། དམིགས་པ་འཐད་དང་དེ་ཡི་  
ནི། །ཞེས་པ་ནས། རྣམ་པ་བཙུ་བྱག་དག་ཏུ་བཞེད། །ཅེས་པའི་བར་གསུངས་  
ཏེ། དོན་ནི། འབྲེལ་བར། འདུས་བྱས་དང་འདུས་མ་བྱས་གྱི་ཁམས་དག་  
དངོས་པོ་མེད་པ་ཉིད་གྱིས་དམིགས་པ་འཐད་པ་དང་། ཞེས་པ་ནས། ལོག་  
པར་ཏྟིག་པ་བཙུ་བྱག་གོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུང་། འཕྲོས་ནི། གསོལ་བ།  
བཅོམ་ལྡན་འདས་ཅི་ལགས། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐེན་པ་ཉིད་འབའ་ཞིག་  
དངོས་པོ་མ་མཆིས་པ་ལགས། ཞེས་སོགས་དང་། གཟུགས་སྟོང་པའོ་ཞེས་  
བྱ་བར་སྒྲོད་དེ་ཅི་ནས་ཀྱང་སྒོ་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་མི་འགྱུར་བ་དེ་ལྟར་སྒྲོད་  
དོ། །ཞེས་སོགས་ལས་འཕྲོས་སོ། །འདིའི་སྐབས་སུ་གཉིས། ཆིག་དོན་དང་།  
མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་ནི། རྣམ་པ་ཀུན་མཐེན་ཉིད་དང་བར་ཆད་མེད་  
པའི་ཅེ་སྒྲོར་གྱི་དམིགས་རྣམ་ལ་བཞེན་པ་ཅན་གྱི་བདེན་གཉིས་ངོ་པོ་གཅིག་  
ཏུ་མི་རུང་བར་འགལ་བར་སྒྲ་བ་རྣམས་ཀྱི་ལོག་པར་ཏྟིག་པ་ཆོས་ཅན། རྣམ་

པ་བཅུ་བྱུག དག་ཏུ་བཞེད་དེ། བར་ཆད་མེད་ཅེ་དེའི་དམིགས་པ་འཐད་ལ་  
ལོག་པར་རྟོག་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་དམིགས་དེ་ཡི་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་བདེན་སྟོང་  
དུ་ངེས་པར་བཟུང་བ་ལ་དང་། འབྲས་བུ་རྣམས་ཀྱི་མཁུན་ཉིད་ཡེ་ཤེས་ལ་  
དང་། རོན་དམ་པའི་བདེན་པ་དང་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པ་གཉིས་ལ་དང་། ཞི་  
ལྷག་བྱང་འབྲེལ་གྱི་སྦྱོར་བ་ལ་དང་། དཀོན་མཆོག་གསུམ་པོ་ལ་དང་། ཐབས་  
མཁས་པ་དང་བཅས་པའི་བྱབ་པའི་མངོན་པར་རྟོགས་པ་གཉིས་ལ་དང་།  
སྤང་བྱ་ཏྱག་འཛིན་སོགས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་དང་ནི་དེ་དག་སྟོང་བྱེད་ཀྱི་ལམ་དང་  
བཅས་པ་གཉིས་ལ་དང་། གཉེན་པོ་ཡེ་ཤེས་དང་། སྤང་བྱ་མི་མཐུན་སྟོགས་  
གཉིས་དག་ལ་དང་། རང་སྤྱི་འཇོམས་ཉིད་དང་ནི་དེ་སྟོམ་པ་གཉིས་ལ་ལོག་  
པར་རྟོག་པ་རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་བྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་བསལ་བྱ་  
ལོག་སྐྱབ་ཡིན་ན། བསལ་བྱ་ལོག་རྟོག་ཡིན་པས་སྟབས་ཅེར་ན། དབྱ་མ་པས།  
ཆོས་ཐམས་ཅད་བདེན་པར་མེད་པར་ཁས་སྤངས་པ་ལ། དངོས་སྐྱབས། ས་  
བོན་གྱིས་སྐྱ་གུ་བསྐྱེད་པ་མེད་པར་ཐལ། ས་སྐྱག་གཉིས་བདེན་པར་མེད་  
པའི་བྱིར་ཞེས་དབྱ་མ་པ་ལ་འཕངས་པའི་སུན་འབྱེན་ནི་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ།  
དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་བྱིར། སྟབས་སྟེ། དེ་ལྟ་བུའི་སུན་  
འབྱེན་དེ་སུན་འབྱེན་ལོག་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ས་སྐྱག་བདེན་པར་



མེད་ཀྱང་བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་དུ་རུང་བའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཞེས་པ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ངག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་བདེན་  
 གཉིས་འགལ་བར་འཛིན་པའི་རྟོག་པ་དེ། བསལ་བྱ་ལོག་རྟོག་གི་མཆན་ཉིད་  
 ཟེར་ན། འདོད་ན། བདེན་གཉིས་འགལ་བར་འཛིན་མི་རུང་བར་ཐལ། ཁྱོད་ཀྱི་  
 དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། བདེན་གཉིས་འགལ་བ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། བདེན་གཉིས་ཀྱི་གཞི་མ་ཐུན་ཡོད་པར་ཐལ།  
 འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་ཅིག་སྐབས་འདིར་བསྟན་པའི་ལྷན་  
 ཀ་ཡིན་ན། ཀྱན་རྫོབ་སྒོ་ཅན་གྱི་ལྷན་ཀ་ཡིན་པས་བྱབ་ཟེར་ན། བར་ཆད་མེད་  
 པའི་ཅེ་སྒྲོར་གྱི་དམིགས་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཆོས་ཐམས་ཅད་དོན་དམ་  
 པར་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་ཞེས་དངོས་སྒྲིབས་དབུ་མ་པ་ལ་འཕངས་པའི་སྟུན་  
 འབྲེན་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དམིགས་པ་འཐད་དང་  
 ཞེས་པའི་སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་ལྷན་ཀ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ།  
 དོན་དམ་སྒོ་ཅན་གྱི་ལྷན་ཀ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དབུ་མའི་དོན་དམ་གྱི་  
 ཁས་ལེན་རྟགས་སུ་བཀོད་ནས་ཀྱན་རྫོབ་དངོས་སུ་སྟུན་འབྲེན་པའི་དངོས་  
 སྒྲིབས་དབུ་མ་པ་ལ་འཕངས་པའི་སྟུན་འབྲེན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་དེ་  
 ཡིན་ན། དོན་དམ་སྒོ་ཅན་གྱི་ལྷན་ཀ་ཡིན་པས་བྱབ་ཟེར་ན། ལྷ་གྱུའི་ས་བོན་  
 གྱིས་ལྷ་གྱུ་བསྐྱེད་པར་མི་རུས་པར་ཐལ། དེ་ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་

ཞེས་དངོས་སྤྱོད་བས་དབྱུ་མ་པ་ལ་འཕངས་པའི་སྤྱན་འབྱེན་ཆོས་ཅན། དེར་  
 ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་མི་ཅུས་ཏེ། གྱུན་རྫོབ་སྒྲོ་ཅན་གྱི་ཁྲུག་ཀ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། ཏྲགས་སྤྱོད། ཁ་ཅིག་ཁྲུག་ཀ་གཉིས་པོ་གང་རྩུང་ཡིན་ན། དབྱུ་མའི་ཁས་  
 སྤངས་དངོས་སྤྱོད་ཏྲགས་སྤྱོད་བཀོད་པས་བྱུ་མའི་ཐེར་ན། དབྱུ་མ་པས་དངོས་པོ་  
 བདེན་མེད་དུ་ཁས་སྤངས་པ་ལ་བསམ་ནས། དངོས་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་  
 གྲུབ་པར་ཐལ། དེ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་དངོས་སྤྱོད་བས་དབྱུ་མ་པ་ལ་འཕངས་  
 པའི་སྤྱན་འབྱེན་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དོན་དམ་སྒྲོ་ཅན་  
 གྱི་ཁྲུག་ཀ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་ཅུས་ཏེ། དབྱུ་མ་པས་དངོས་པོ་རང་  
 བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་ཁས་སྤངས་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། བདེན་གཉིས་གཞི་གཅིག་གི་སྤྱིང་དུ་འདུ་  
 མི་རྩུང་བར་འཇིན་པའི་ལོག་ཏྲོག་སྐབས་འདིར་བསྟན་གྱི་གཙོ་བོར་གྱུར་  
 པའི་བསལ་བྱ་ལོག་ཏྲོག་གི་མཆན་ཉིད། ལོག་ཏྲོག་དེས་གྱུན་ནས་བསྤངས་  
 པའི་སྤྱན་འབྱེན་དེ་ལ་ཡང་གྱུན་རྫོབ་སྒྲོ་ཅན་གྱི་ཁྲུག་ཀ་དང་དོན་དམ་སྒྲོ་ཅན་  
 གྱི་ཁྲུག་ཀ་གཉིས་ཡོད། དེ་གཉིས་ཇི་ལྟར་འཇོག་པའི་ཚུལ་ཡོད་དེ། དབྱུ་མ་  
 པའི་གྱུན་རྫོབ་གྱི་ཁས་ལེན་ཏྲགས་སྤྱོད་བཀོད་པའི་རིགས་སྤྱོད་གནས་པའི་ཆ་  
 ནས་དོན་དམ་སྤྱོད་འབྱེན་པའི་དངོས་སྤྱོད་བས་དབྱུ་མ་པ་ལ་འཕངས་པའི་སྤྱན་  
 འབྱེན་དེ། གྱུན་རྫོབ་སྒྲོ་ཅན་གྱི་ཁྲུག་ཀ་དང་། དབྱུ་མ་པའི་དོན་དམ་གྱི་ཁས་

ལེན་རྟགས་སུ་བཀོད་པའི་རིགས་སུ་གནས་པའི་ཆ་ནས་ཀྱན་རྫོབ་སུན་  
འབྱེན་གཉིས་དངོས་སྤྱོད་བས་དབུ་མ་པ་ལ་འཕངས་པའི་སུན་འབྱེན་དེ། རོན་  
དམ་སྟོ་ཅན་གྱི་ལྷན་ཀའི་ངོ་བོ་ཡིན་པའི་བྱིར།

༺ གསུམ་པ་ཚུད་པ་སྟོང་པ་ལ། ཁ་ཅིག་བསལ་བྱ་ལོག་སྐྱབ་ལ། ལོག་  
རྟོག་གིས་བྱུང་པར་ཐལ། བསལ་བྱ་ལོག་རྟོག་ལ། ལོག་སྐྱབ་ཀྱིས་བྱུང་པའི་  
བྱིར། བ་མ་བྱུང་། ཁ་ཅིག་འདྲིའི་བསྟན་བསལ་བྱ་ལ་སུན་འབྱེན་བཙུ་བྱུག་  
ཡོད་པར་ཐལ། དེ་ལ་ལོག་རྟོག་བཙུ་བྱུག་ཡོད་པའི་བྱིར། འདྲིའི་ན། མི་འཐད་  
པར་ཐལ། དེར་སུན་འབྱེན་སྟར་སྟངས་གཉིས་སུ་གངས་ངེས་པའི་བྱིར་ན་སྟོན་  
མེད་དེ། དེ་ལ་རྒྱས་པར་བྱེན་བཙུ་བྱུག་དང་། དེ་ལས་བསྐྱུ་ན་བཞི་དང་། དེ་  
ལས་བསྐྱུ་ན་ལྷན་ཀའི་སུན་འབྱེན་གཉིས་སུ་ངེས་པའི་བྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ།  
བར་ཆད་མེད་པའི་ཅེ་སྟོར་གྱི་དམིགས་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ་བའི་སུན་  
འབྱེན་ནས། རང་སྤྱིའི་མཚན་ཉིད་སྟོམ་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ་བའི་སུན་འབྱེན་  
གྱི་བར་བཙུ་བྱུག་ཡོད་པའི་བྱིར། བར་པ་དེར་ཐལ། བདེན་གཉིས་རིགས་  
མཐུན་རྟགས་སུ་བཀོད་པའི་སུན་འབྱེན་གཉིས་དང་། རིགས་མི་མཐུན་  
རྟགས་སུ་བཀོད་པའི་སུན་འབྱེན་གཉིས་ཏེ་བཞི་ཡོད་པའི་བྱིར། གསུམ་པ་  
དེར་ཐལ། སྟར་བཤད་པ་སྟར་ཀྱན་རྫོབ་སྟོ་ཅན་དང་རོན་དམ་སྟོ་ཅན་གྱི་ལྷན་  
ཀ་གཉིས་ཡོད་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་བདེན་འཛིན་ཡིན་ན། བདེན་གཉིས་གཞི་

གཅིག་གི་སྟེང་དུ་འདུ་མི་རུང་བར་འཛིན་པའི་རྟོག་པ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ།  
དེ་འདྲ་བའི་རྟོག་པའི་མཆན་གཞི་གཅིག་ཡོད་པའི་སྤྱིར་ན་མ་ཁྲབ། འདོད་མི་  
རུས་ཏེ། བདེ་གཉིས་གཞི་གཅིག་གི་སྟེང་དུ་འདུ་མི་རུང་བར་འཛིན་པའི་རྟོག་  
པ་དེ་བདེན་འཛིན་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། བདེན་གཉིས་གཞི་གཅིག་གི་  
སྟེང་དུ་འདུ་རུང་སྟོང་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཟེར་ན་ཁ་ཅིག་མ་ཁྲབ་ཟེར། མ་  
གྲུབ་ན་དེར་ཐལ། དེ་ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། བདེན་  
གཉིས་ངོ་བོ་གཅིག་ཏུ་འདུ་བ་ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། སྐབས་ལྔ་  
པ་བཤད་ཟེན་རྟོ།།

## སྐབས་དྲུག་པ།

གསུམ་པ་མཐར་གྱིས་སྒྲོར་བ་ནི། སྒྱིན་པ་ཤེས་རབ་བར་དག་དང་། །  
 ཞེས་པ་ནས། མཐར་གྱིས་པ་ཡི་བྱ་བར་བཞེད། །ཅེས་པའི་བར་གསུངས་ཏེ།  
 དོན་ནི། འབྲེལ་པ་ལས། བ་རོལ་ཏུ་བྱེད་པ་བཞི་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་  
 བྱེད་པའི་ནང་དུ་འདུས་པའི་བྱིར། ཞེས་པ་ནས། དེ་ནི་འདིར་མཐར་གྱིས་པའི་  
 བྱ་བར་བཞེད་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས་ལ། འཕྲོས་ནི། བཅོམ་  
 ལྷན་འདས་ཆོས་ཐམས་ཅད་དངོས་པོ་མ་མཆིས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ལ་བྱང་ཆེན་  
 ཀྱིས་མཐར་གྱིས་སྒྲོད་པ་དང་། མཐར་གྱིས་སྒྲོབ་པ་དང་། མཐར་གྱིས་ནན་  
 ཏན་བགྱི། ཞེས་སོགས་ལས་འཕྲོས་སོ། །

འདིའི་སྐབས་སུ་གཉིས། ཆོག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་  
 ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། མཐར་གྱིས་པའི་བྱ་བར་བཞེད་པ་དེར་བཙུག་གསུམ་  
 ཡོད་དེ། སྒྱིན་པའི་མཐར་གྱིས་པ་ནས་ཤེས་རབ་ཀྱི་མཐར་གྱིས་པའི་བར་  
 དྲུག་དང་སངས་རྒྱས་ལ་སོགས་པ་སྟེ། ཆོས་དགེ་འདུན་ཚུལ་ཁྲིམས་གཏོང་  
 བ་ལྷ་རྩེས་སུ་བྱན་པ་དྲུག་དང་ཆོས་ཐམས་ཅད་དོན་དམ་པར་དངོས་མེད་ངོ་  
 བོ་ཉིད་དུ་རྟོགས་པ་ཉིད་ཀྱི་དབེ་བས་མཐར་གྱིས་པའི་སྒྲོར་བ་རྣམས་སུ་ཡོད་  
 པའི་བྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐར་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག



མཁྱེན་གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་གོ་རྣམ་པ་གོ་རིམ་དེས་ཅན་དུ་སྒྲོམ་པའི་སེམས་  
དཔའི་ཡེ་ཤེས། མཐར་གྱིས་སྦྱོར་བའི་མཆན་ཉིད་ཟེར་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་  
ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཆོས་ཅན། མཆན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། གཞི་  
ཤེས་གྱི་རྣམ་པ་སྒྲོམ་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་  
ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་སོ། །གཞན་ཡང་། མཁྱེན་གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་གོ་རིམ་  
དེས་ཅན་དུ་མི་སྒྲོམ་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་ཆོས་ཅན། མཆན་ཉིད་དེར་  
ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མཁྱེན་གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་གང་རུང་ཞིག་སྒྲོམ་པ་  
དང་། དེ་གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་ཅིག་ཆར་དུ་སྒྲོམ་པ་དང་། གོ་རིམ་འཆོལ་བར་  
སྒྲོམ་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་དེར་ཐལ། ཉིང་དེ་  
འཛིན་ལ་རིམ་པ་འཆོལ་བར་སྒྲོམས་པར་འདུག་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་  
ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་མཁྱེན་གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་བརྒྱ་བདུན་ཅུ་ཅ་གསུམ་གོ་  
རིམ་མ་འཆོལ་བར་སྒྲོམ་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས། མཐར་གྱིས་སྦྱོར་བའི་  
མཆན་ཉིད་ཟེར་ན། དེ་ལྟར་སྒྲོམ་པའི་རྒྱན་མཐའི་སྦྱོར་བའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་  
ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ། མཆན་ཉིད་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཇི་ལྟར་སྤྱེས་བུའི་བོ་ཆུན་

རྒྱད། །ཅེས་སོགས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་སྒྲོམ་པ་ཡོད་པར་བསྟན་པའི་ཕྱིར། འདོད་  
ན། མི་འཐད་པར་ཐལ། སྐད་ཅིག་མའི་སྒྲོར་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱ་སྟེ། རྣམ་  
བཤད་ལས། མཐར་ཀྱིས་སྒྲོར་བའི་ས་མཆམས་འཆད་པའི་ཆོ། ས་མཆམས་  
ནི་ཆོགས་ལམ་ནས་རྒྱན་མཐའི་སྤྲ་ལོགས་པར་དོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་  
ཕྱིར། །ཁ་ཅིག་ ཕྱིན་དྲུག་གང་རུང་ཡིན་ན། མཐར་ཀྱི་བའི་སྒྲོར་བ་ཡིན་པས་  
བྱ་བེར་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱད་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པར་ཕྱིན་ཆོས་  
ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ་  
ལོ། །ཁ་ཅིག་ དེ་གང་རུང་དུ་གྱུར་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ན། དེ་  
ཡིན་པས་བྱ་བེར་ན། རྒྱན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་པའི་རྒྱད་ཀྱི་ཤེས་  
རབ་ཀྱི་པར་ཕྱིན་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། ཏྲགས་གསལ་སྤྲོ། །ཁ་  
ཅིག་ རྩེས་དྲན་དྲུག་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན། མཐར་ཀྱིས་སྒྲོར་བ་ཡིན་པས་བྱ་བེར་  
ན། ལམ་མ་ཞུགས་གང་ཟག་གི་རྒྱད་ཀྱི་སངས་རྒྱས་རྩེས་དྲན་ཆོས་ཅན།  
དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། ལམ་མ་ཞུགས་ན་སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་བ་ཡོད་  
པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར།  
འདོད་ན་སྟེ། །ཁ་ཅིག། དངོས་མེད་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་མཐར་ཀྱིས་སྒྲོར་བ་ཡིན་ན།  
སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་ཏྲགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པས་བྱ་བེར་ན། སྟོང་ཉིད་

དོན་སྤྱིའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱིས་སྦྱོར་ལམ་ཆོས་ཅན། དེར་  
ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྦྱོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་དེ་ཡིན་ན། སྦྱོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པས་ཁྱབ་  
ཟེར་ན། ལྷ་གུ་བདེན་སྦྱོང་སྦྱུ་མ་ལྟ་བུར་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་  
ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ལྷ་གུ་བདེན་སྦྱོང་སྦྱུ་མ་ལྟ་བུར་  
རྟོགས་པའི་ལྷ་བ་དེ་དབྱ་མའི་ལྷ་བ་ཡིན་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཆོས་ཅན་དེ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར།

༥ རང་གི་ལུགས་ལ། ཆོས་བརྒྱ་གསུམ་གྱིས་ཟེན་པའི་སྒོ་ནས་མཁྱེན་  
གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་བརྒྱ་བདུན་ཅུ་ཙ་གསུམ་གོ་རིམ་མ་འཆོལ་བར་བསྒོམ་  
པའི་རིགས་སུ་གནས་ཤིང་སྐད་ཅིག་སྦྱོར་བ་མ་ཐོབ་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་  
ཤེས་མཐར་གྱིས་སྦྱོར་པའི་མཆོན་ཉིད།

༥ གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྦྱོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་མཐར་གྱིས་སྦྱོར་བ་ལ་མཆོན་  
ཉིད་ཐ་དད་པ་གཉིས་ཡོད་པར་ཐལ། སྤར་བ་ཤད་པ་དེ་དེའི་མཆོན་ཉིད་གང་  
ཞིག ལུགས་རྣམ་གཞག་གི་མཐའ་དཔྱོད་དུ་དེ་དང་ཅུང་མི་འདྲ་བ་གཅིག་  
བ་ཤད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། སྦྱོན་མེད་དེ། དེ་ནི་འཛོག་ཚུལ་མི་འདྲ་བའི་ཁྱད་  
པར་བསྟན་པ་ཙམ་ཡིན་གྱི། དེ་གཉིས་ཀ་ཅིག་ཆར་ཁས་ལེན་དགོས་པའི་༥  
ངས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་མཁྱེན་གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་བརྒྱ་བདུན་ཅུ་ཙ་

གསུམ་ཡོད་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། གཞི་ཤེས་ཀྱི་  
 རྣམ་པ་བརྒྱ་བདུན་བཅུ་ཙ་གསུམ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། ཟེར་ན།  
 སྒྱེན་མེད་དེ། མཁྱེན་གསུམ་ཀྱི་རྣམ་པ་བརྒྱ་བདུན་བཅུ་ཙ་གསུམ་ནི། མཁྱེན་  
 གསུམ་སོ་སོའི་རྣམ་པ་རྣམས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱས་ནས་བཞག་པའི་དོན་ཡིན་  
 པའི་བྱིར། རྣམ་པ་གཅིག་ཏུ་ན། གཞི་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་པར་བརྒྱ་བདུན་བཅུ་ཙ་  
 གསུམ་ཡོད་པར་ཐལ། གཞི་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་པ་གངས་མེད་པ་ཡོད་པའི་བྱིར།  
 དེར་ཐལ། གཞི་ཤེས་གངས་མེད་པ་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། འཕགས་པ་  
 གངས་མེད་ཡོད་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་། རྣམ་རྩོགས་སྒྱུར་བ་ཡིན་ན། མཐར་  
 གྱིས་སྒྱུར་བ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་ཀའི་མཆམས་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་  
 ཆོགས་ལམ་ནས་འཛོག་པའི་བྱིར། ར་མ་བྱལ། འདོད་མི་རུས་ཏེ། རྣམ་བཤའ་  
 ལས། རྣམ་རྩོགས་སྒྱུར་པའི་རྩེས་སུ་མཐར་གྱིས་སྒྱུར་བ་བསྟན་པ་དེ་རྒྱ་  
 འབྲས་དོན་གྱི་རིམ་པའི་དབང་དུ་བྱས་པར་བཤའ་པའི་བྱིར། དེས་ན་ཐེག་  
 ཆེན་གྱི་ཆོགས་ལམ་ཐོབ་མ་ཐག་པའི་ཡེ་ཤེས་རྣམས་མཐར་གྱིས་སྒྱུར་བར་  
 མི་བཞེད་པར་གསལ་ལོ། །ཁ་ཅིག་ མཐར་གྱིས་སྒྱུར་བ་ཡིན་ན། མཁྱེན་  
 གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་རྣམས་གོ་རིམ་ངེས་ཅན་དུ་སྒྲོམ་པས་བྱལ་པར་ཐལ། ཅོ་མ་  
 པ་མི་འདྲ་བ་རེ་རེས་མཁྱེན་གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་གོ་རིམ་མ་འཆོལ་བར་མཐར་  
 ཆགས་སུ་སྒྲོམ་པར་བྱེད་པ་དེ། མཐར་གྱིས་སྒྱུར་བས་མཁྱེན་གསུམ་སྒྲོམ་

ཚུལ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ན་མ་ཁུབ་པོ། །

སྐབས་དྲུག་པ་བཤད་ཅིང་ཉོ།

སྐབས་བདུན་པ།

༥ སྤྱིར་བཤད་པ་ལ་བཞི། རྣམ་པར་སྤྱོད་པ་མ་ཡིན་པའི་སྐད་ཅིག་  
སྤྱིར་བ། རྣམ་པར་སྤྱོད་པའི། མཚན་ཉིད་མེད་པའི། གཉིས་སུ་མེད་པའི་སྐད་  
ཅིག་སྤྱིར་བཤད་པོའི། །དང་པོ་ལ་གཉིས། དངོས་དང་། དཔེ་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་ནི། སྤྱིར་བཤད་སོགས་རེ་རེས་ཀྱང་། །ཞེས་སོགས་ཀྱང་བཞི་  
གསུངས་ཏེ། དོན་ནི། འགྲེལ་བར། ལུགས་ལས་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་ངོ་བོར།  
དངོས་གཅིག་དངོས་པོ་ཀྱན་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད། །ཅེས་སོགས་གསུང་། འཕྲོས་ནི།  
བྱང་ཆེན་ཡུམ་ལ་དེ་ལྟར་སྤྱོད་པ་ནི་སེམས་བསྐྱེད་པ་གཅིག་གིས་པར་སྤྱོད་  
དྲུག་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་སོགས་ལས་འཕྲོས།

གཉིས་པ་ནི། རི་ལྟར་སྤྱོད་པས་ཐོ་ཆུན་རྒྱད། །ཅེས་སོགས་ཀྱང་  
བཞིས་སྟོན་ཏེ། དོན་ནི། འགྲེལ་བར། དཔེར་ན་སྤྱོད་པས་དོག་ཐབས་གཅིག་  
གིས་བསྐྱེད་ན། ཞེས་སོགས་གསུང་། ཆོག་དོན་ལ་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་ནི། རྒྱན་  
མཐའི་བར་ཅད་མེད་ལམ་ལ་གནས་པའི་སྤྱིར་བཤད་རྒྱད་ཀྱི་རྣམ་པར་སྤྱོད་པ་



མ་ཡིན་པའི་ཟག་མེད་ཀྱི་ལམ་ཀྱི་རིགས་རྣམས་མངོན་དུ་གྱུར་པའི་སྒྲོར་བ་  
འདི་ནི་ཆོས་ཅན། རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་མ་ཡིན་པའི་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་པ་ཡི་  
རྟོགས་པ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། སྒྲིན་པ་ལ་སོགས་པའི་ཕྱིན་དུག་རེ་  
རེས་ཀྱང་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་མ་ཡིན་པའི་ཞག་མེད་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་རིགས་ཀྱན་  
བསྐྱས་ནས་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་སེམས་དཔའི་རྣལ་འབྱོར་མཐར་ཐུག་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། ཞེས་པ་ནི་དངོས་ཀྱི་དོན་དང་། གཉིས་པ་དེའི་དཔེ་ནི། རྒྱུན་མཐའི་  
ཡེ་ཤེས་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་གིས་ཟག་པ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཐམས་ཅད་ཤེས་  
རུས་པ་ཡིན་ཏེ། རི་ལྷར་ཏེ་དཔེར་ན་ཟོ་ཆུན་ཀྱི་རྒྱུད་གཅིག་སྒྲེས་བུས་རྟོག་  
ཐབས་གཅིག་གིས་བསྐྱོད་པ་ན། རྒྱུད་ཐམས་ཅད་གཅིག་ཆར་འབྲལ་བ་ལྷར་  
རེས་ཚུལ་དེ་བཞིན་དུ་ཤེས་རུས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་ནི། གང་ཆེ་ཆོས་དཀར་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །  
ཞེས་སོགས་ཀྱང་པ་བཞེས་སྟོན་ཏེ། དོན་ནི། གང་གི་ཆེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔས་གཉེན་པོ་བསྐྱོམས་པས་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་  
ན། ཞེས་སོགས་གསུངས་ལ། འཕྲོས་ནི། དེ་བྱང་སེམས་ཀྱི་ལམ་རྣམ་པར་  
སྒྲིན་པའི་ཆོས་ཅན་ལ་གནས་པས་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་དུག་ཡོངས་སུ་རྟོགས་  
པ་དང་། ཞེས་སོགས་ལས་འཕྲོས་སོ། །

ཆོག་དོན་ནི། སྒྲིབ་གཉིས་ཀྱི་དངོས་གཉེན་བར་ཆད་མེད་ལམ་སྒྲོམ་པ་

གང་གི་ཆེ་ངེ་མ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་ཆོས་དཀར་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་  
བཞིན་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་སྤྱོད་པ་ཟག་མེད་ནམ་པར་སྤྱོད་པའི་ཆོས་ཀྱི་  
གནས་སྐབས་རྒྱན་མཐའི་ཡེ་ཤེས་སྦྱེས་པ་དེའི་ཆེ་རྒྱན་མཐའི་བར་ཆད་  
མེད་ལམ་ཆོས་ཅན། ཟག་མེད་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་ ལ་  
མངོན་དུ་བྱེད་བྱས་པ་ཡིན་ཏེ། སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སེམས་  
དཔའི་ཡེ་ཤེས་མཐར་ཐུག་ཡིན་པའི་བྱེད།

༥ གསུམ་པ་མཆན་ཉིད་མེད་པ་ནི། སྤྱོད་པ་ལ་སོགས་སྦྱོད་པ་  
ཡིས། །ཞེས་སོགས་ཀྱང་པ་བཞེས་སྟོན་ཏེ། དོན་ནི། སྤྱོད་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
མི་ལམ་ལྟ་བུར་གོམས་པས། །ཞེས་སོགས་གསུངས་ལ། འཕྲོས་ནི། བྱང་  
ཆེན་ཤེས་སྤྱོད་ལ་སྦྱོད་པའི་ཆེ་མི་ལམ་ལྟ་བུའི་ཉེ་བར་ལེན་པའི་བྱང་པོ་ལྟ་ལ་  
གནས་ཤིང་སྤྱོད་པ་ཡོངས་སུ་གཏོང་། ཞེས་སོགས་ལས་འཕྲོས། ཆིག་དོན་  
ནི། རྒྱན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཆོས་ཅན། མཆན་ཉིད་མེད་པའི་སྐད་ཅིག་  
སྦྱོར་བ་ཡིན་ཏེ། གུན་བྱང་གི་ཆོས་ནམས་དོན་དམ་པར་མཆན་ཉིད་མེད་པ་  
ཉིད་དུ་དུས་སྐད་ཅིག་མ་ནི་གཅིག་གིས་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སེམས་  
དཔའི་ནལ་འབྱོར་མཉམ་པར་ཐུག་ཡིན་པའི་བྱེད། དེར་ཐལ། སྤྱོད་པ་ལ་སོགས་  
པའི་པར་སྤྱོད་བྱུག་གི་སྦྱོད་པ་ཡིས་ཆོས་ཀྱན་མི་ལམ་དང་འབྲེལ་བར་རྟོགས་པ་  
ལ་གནས་ནས་གོམས་པའི་སྦྱོར་བ་མཐར་ཐུག་པའི་སེམས་དཔའི་ཡེ་ཤེས་

ཡིན་པའི་བྱིར།

༥ བཞི་བ་གཉིས་སུ་མེད་པའི་སྐད་ཅིག་སྒྲོར་བ་ནི། མི་ལམ་དང་ནི་དེ་  
མཐོང་ཉིད། །ཅེས་སོགས་ཀྱང་བ་བཞིས་བསྟན་ཏེ། རོན་ནི། དུན་རིང་མོ་ཞིག་  
ནས་བར་ཆད་མེད་པར་གཉིས་སུ་སྒྲུབ་བ་སྒྲོང་བ་ལ་གོམས་པ་དང་། ཞེས་  
སོགས་གསུངས་ལ། འབྲོས་ནི། བྱང་ཆེན་ཤེར་བྱིན་ལ་སྒྲོད་པའི་ཆོ། མི་ལམ་  
མི་མཐོང་མི་ལམ་མཐོང་བ་མི་མཐོང་། ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལས་འབྲོས་  
སོ། །

ཆོག་དོན། རྒྱུན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཆོས་ཅན། གཉིས་སུ་མེད་  
པའི་སྐད་ཅིག་སྒྲོར་བ་ཡིན་ཏེ། གཟུང་འཛིན་གྱི་ཆོས་རྣམས་རྩིས་ཐ་དད་  
གྱིས་སྒྲོང་བ་གཉིས་སུ་མེད་པ་ཡི་དེ་ཁོ་ན་དེ་ཉིད་སྐད་ཅིག་གིས་མཐོང་བའི་  
སེམས་དཔའི་རྣལ་འབྱོར་མཐར་ཐུག་ཡིན་པའི་བྱིར། དཔེར་ན། མི་ལམ་གྱི་  
རབ་ཁང་བྱིམ་སོགས་དང་ནི་དེ་མཐོང་བའི་ཤེས་པ་ཉིད་རྩིས་ཐ་དད་པ་  
གཉིས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་མི་མཐོང་བ་ལྟར་རོ། །འདིའི་སྐབས་སུ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་  
གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་སྐད་ཅིག་སྒྲོར་བ་བཞི་པོ་འགལ་ལོ་བེར་ན།  
དེ་མི་འགལ་བར་ཐལ། དེ་བཞི་པོ་ངོ་བོ་གཅིག་ལ་ལྷོག་པ་ཐ་དད་གྱིས་སྒྲེ་བ་  
ཅམ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། མཆན་ཉིད་གྱིས་ནི་རྣམ་པ་བཞི། །ཞེས་  
གསུངས་པའི་བྱིར།

ཁ་ཅིག་སྐད་ཅིག་མའི་སྒྲོར་བ་ཡིན་ན། རྒྱན་མཐའི་སྐད་ཅིག་སྒྲོར་བ་  
བཞི་པོ་གང་རུང་ཡིན་པས་ཁྲབ་བེར་ན། རྒྱན་མཐའི་སྒྲོར་བའི་ལམ་ཆོས་  
ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། ཏྲགས་སྐྱབ་བེན། འདོད་ན། ཉྱང་ཉིད་མངོན་སུམ་  
དུ་ཏྲྀགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་མ་ཁྲབ་  
བེན། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ས་བདུན་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ། རྣམ་པར་སྦྱིན་པ་མ་ཡིན་པའི་སྐད་  
ཅིག་སྒྲོར་བ་དང་། ས་བརྒྱད་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་རྣམ་པར་སྦྱིན་པའི་སྐད་ཅིག་  
སྒྲོར་བ་དང་། ས་དགུ་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་མཆོན་ཉིད་མེད་པའི་སྐད་ཅིག་སྒྲོར་བ་  
དང་། ས་བརྒྱ་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་གཉིས་སུ་མེད་པའི་སྐད་ཅིག་སྒྲོར་བ་ཡིན་བེར་  
ན། ས་བདུན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན། སེམས་དཔའི་རྣལ་འབྱོར་མཐར་ཐུག་  
གིས་བསྐྱུས་པར་ཐལ། སྐད་ཅིག་སྒྲོར་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་སྟེ། །

ཙ་བར། བསྐྱུས་དོན་དུག་གི་སྐབས་སུ། དེ་མཐའ་ཞེས་བ་དང་། དེའི་  
འགྲེལ་བར། དེ་ནས་ཁྱད་པར་དུ་འབྱོར་མེད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་བ་ནས། མཐར་  
ཐུག་པའི་གནས་སྐབས་སུ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ས་  
བརྒྱ་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། །

ཁ་ཅིག་ ཟག་མེད་རྣམ་པར་སྦྱིན་པ་མ་ཡིན་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་རིགས་  
དུས་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་ལ་མངོན་སུམ་དུ་ཏྲྀགས་པའི་སེམས་དཔའི་རྣལ་

འབྱོར་མཐར་ཐུག་དེ། རྣམ་པར་སྒྲིན་བ་མ་ཡིན་པའི་སྐད་ཅིག་སྒྱུར་བའི་  
 མཆོན་ཉིད། ཟག་མེད་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་རིགས་རྣམས་དེ་ལྟར་  
 རྟོགས་པའི་སེམས་དཔའི་རྣལ་འབྱོར་མཐར་ཐུག་དེ། རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་སྐད་  
 ཅིག་སྒྱུར་བའི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། རྒྱུན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཆོས་ཅན།  
 མཆོན་ཉིད་གཉིས་པོ་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་གཉིས་པོ་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 ཆོས་ཅན་དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། གུན་རྫོབ་བདེས་ཡུལ་དུ་བྱེད་  
 པའི་ཤེས་བ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཐེག་ཆེན་  
 གྱི་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ ཆོས་ཐམས་ཅད་བདེན་པའི་  
 མཆོན་ཉིད་མེད་པར་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སེམས་པའི་རྣལ་འབྱོར་  
 མཐར་ཐུག་དེ། མཆོན་ཉིད་མེད་པའི་སྐད་ཅིག་སྒྱུར་བའི་མཆོན་ཉིད་དང་།  
 གཟུང་འཛིན་རྣམས་ཐ་དད་པ་གཉིས་སུ་མེད་པར་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་  
 སེམས་དཔའི་རྣལ་འབྱོར་མཐར་ཐུག་དེ། གཉིས་སུ་མེད་པའི་སྐད་ཅིག་སྒྱུར་  
 བའི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། རྒྱུན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཆོས་ཅན། མཆོན་  
 ཉིད་གཉིས་པོ་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་གཉིས་པོ་དེའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ།  
 ཆོས་ཐམས་ཅད་བདེན་པའི་མཆོན་ཉིད་མེད་པ་དང་། གཟུང་འཛིན་རྣམས་ཐ་  
 དད་དུ་མེད་པ་གཉིས་རྒྱུན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་གཞལ་བྱ་མ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་གཉིས་གུན་རྫོབ་བདེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།



༥ རང་གི་ལུགས་ལ། རྩོལ་བ་རེ་རེའི་བྱེད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་མཁྱེན་གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་བརྒྱ་བདུན་ཅུ་ཅ་གསུམ་གོ་རིམ་མ་འཆོལ་བར་སྒོམ་རྒྱས་པའི་སེམས་དཔའི་སྒྱུར་བ་མཐར་ཐུག་གིས་བསྐྱུས་པའི་ཡེ་ཤེས། སྐད་ཅིག་སྒྱུར་བའི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་སྒྲར་བ་ཤད་པ་ལྟར་བཞི། མཆོན་གཞི་ནི། རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་མ་ཡིན་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་རིགས་རྣམས་བྱ་རྩོགས་གྱི་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་ལ་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་རྒྱས་པའི་སྐད་ཅིག་སྒྱུར་བ་དང་པོ་དང་། རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་རིགས་རྣམས་ཚུལ་དེ་ལྟར་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་རྒྱས་པའི་སྐད་ཅིག་སྒྱུར་བ་གཉིས་པ་དང་། ཆོས་ཐམས་ཅད་དོན་དམ་པར་རང་གི་མཆོན་ཉིད་གྱིས་མ་བྱུབ་པ་དེ་ལྟར་མངོན་སུམ་དུ་རྩོགས་རྒྱས་པའི་སྐད་ཅིག་སྒྱུར་བ་གསུམ་པ་དང་། གཟུགས་དང་གཟུགས་འཛིན་པའི་ཆད་མ་རྩལ་གཞན་གྱིས་སྟོང་པའི་སྟོང་ཉིད་བྱ་རྩོགས་གྱི་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་ལ་མངོན་སུམ་དུ་རྩོགས་རྒྱས་པའི་སྐད་ཅིག་སྒྱུར་བ་བཞི་པའི་མཆོན་གཞི་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་དང་པོ་གཉིས་ཡོན་ཏན་མངོན་དུ་བྱེད་ཚུལ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ཤིང་། ཕྱི་མ་གཉིས་ཡུལ་རྩོགས་རྒྱས་ཚུལ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་སོ། །

༥ གསུམ་པ་རྩོད་པ་སྟོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་རྒྱན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཆོས་ཅན། རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་ཆོས་ཡིན་པར་ཐལ། རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་སྐད་ཅིག་སྒྱུར་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། རྣམ་སྒྲིན་གྱི་ཆོས་ཡིན་པར་ཐལ།

འདོད་པའི་ཕྱིར་ན། མ་ཁྲབ། ཁ་ཅིག་དེ་ཆོས་ཅན། རྣམ་པར་སྦྱིན་པ་མ་ཡིན་  
པའི་ཆོས་ཡིན་པར་ཐལ། རྣམ་པར་སྦྱིན་པ་མ་ཡིན་པའི་སྐད་ཅིག་སྒྲོར་བ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྣམ་ཁྲབ། འདོད་མི་རུས་ཏེ། རྣམ་པར་སྦྱིན་པའི་ཡོན་ཏན་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ རྒྱན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཆོས་ཅན། མཐར་  
ཐུག་གི་སྒྲོར་བ་ཡིན་པར་ཐལ། སྒྲོར་བ་མཐར་ཐུག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྣམ་  
ཁྲབ། འདོད་མི་རུས་སོ། །

ཁ་ཅིག་ རྒྱན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱིས་གཟུགས་དང་གཟུགས་  
འཛིན་པའི་ཆད་མ་རྣམས་གཞན་གྱིས་སྟོང་པའི་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་  
པར་ཐལ། དེས་དེ་བྱ་རྒྱུ་གྱི་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་ལ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་  
པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་དེ་དེ་ལྟར་རྟོགས་རུས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ།  
འདོད་མི་རུས་ཏེ། ཐེག་ཆེན་གྱི་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་སྟེ།  
གཟུགས་དང་གཟུགས་འཛིན་པའི་ཆད་མ་རྣམས་གཞན་གྱིས་སྟོང་པའི་སྟོང་  
ཉིད་དེ་ཀྱན་རྒྱུ་བཤད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཁ་ཅིག་ རྒྱན་མཐའི་སྒྲོར་བའི་ལམ་ཆོས་ཅན། སེམས་དཔའི་རྣལ་  
འབྱོར་མཐར་ཐུག་ཡིན་པར་ཐལ། དེས་བསྐྱུས་པའི་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྣམ་  
མ་ཁྲབ། འདོད་ན། བྱོད་ལས་བྱུང་པར་དུ་གྱུར་པའི་སྟོབ་བའི་ཡེ་ཤེས་མེད་  
པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། རྒྱན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་

ལམ་དེ་ལྟར་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སྒྲོར་བ་ཡིན་ན། སེམས་དཔའི་རྣལ་  
འབྱོར་མཐར་ཐུག་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། རྣམ་བཤད་ལས། དེ་ལྟར་གསུངས་  
པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། སྒྲོན་མེད་དེ། དེ་ནི་རྒྱན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་ལ་  
དགོངས་པའི་ཕྱིར།

ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་མན་ངག་གི་བསྟན་བཅས་མངོན་  
པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་གྱི་དགོངས་པ་གསལ་བར་བྱེད་པ་མཁས་པ་དགྲེས་  
པའི་མཆོད་སྦྱིན་ལས་སྐབས་ལྔ་པ་དྲུག་པ་བདུན་པ་གསུམ་གྱི་ཆིག་དོན་  
མཐའ་དཔྱོད་བྱང་འབྲེལ་དུ་བཤད་པ་རྫོགས་སོ།། །

༡༡། །བསྟན་བཅོས་མདོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་གྱི་དགོངས་པ་

གསལ་བར་བྱེད་པ་མཁས་པ་དབྱེས་པའི་མཆོད་སྦྱིན་

ལས་སྐབས་བརྒྱད་པའི་ཆིག་འབྲེལ་མཐའ་

དཔྱོད་བྱང་འབྲེལ་བྱ་བཤད་པ་

བཞུགས་སོ།།

སྐབས་བརྒྱད་པ།

༡༢། །ལྷ་མ་དང་ཐུབ་པའི་དབང་པོའི་ཞབས་ལ་གྲུས་པས་ཕྱག་  
འཆལ་ཞིང་སྐབས་སུ་མཆིའོ། །གསུམ་པ་ཆོས་སྐྱ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་  
གཉིས། སྦྱིའི་རྣམ་གཞག་བཤད་པ་དང་། གཞུང་དོན་དངོས་བཤད་པའོ།།

གཞུང་སྦྱིའི་རྣམ་གཞག

དང་པོ་ལ་གཉིས། སྦྱོར་བ་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཤེས་  
བྱ་ཆོས་ཅན། སྐད་ཅིག་སྦྱོར་བའི་རྩེས་སུ་འབྲས་བྱ་ཆོས་སྐྱ་འཆད་པའི་རྒྱ་  
མཚན་ཡོད་དེ། སྐད་ཅིག་སྦྱོར་བ་སྒོམ་པའི་བྱང་ལེམས་རྒྱན་མཐའ་བ་དེས་  
སྐད་ཅིག་གཉིས་པའི་དུས་སུ་འབྲས་བྱ་ཆོས་སྐྱ་ཐོབ་པར་གྱུར་བའི་རྒྱ་མཚན་  
གྱིས་དེ་ལྟར་བཤད་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་ཡང་འབྲེལ་པ་ལས་སྐད་ཅིག་མ་

གཅིག་པའི་མངོན་པར་རྫོགས་པར་བྱང་ཆུབ་པ་རྣམ་པར་བསྐྱེམས་པའི་སྐད་  
ཅིག་མ་གཉིས་པ་ལ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱ་མངོན་པར་རྫོགས་པར་བྱང་ཆུབ་པ་ཡིན་ཏེ།  
ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིད།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་སྒྲོར་  
བཞི་བསྐྱེམ་སྟོབས་ཀྱིས་ཐོབ་པའི་མཐར་ཐུག་གི་འབྲས་བུ། འབྲས་བུ་ཆོས་  
སྤྱིའི་མཆན་ཉིད། ཟེར་ན། རོ་བོ་ཉིད་སྐྱ་ཆོས་ཅན། མཆན་ཉིད་དེར་ཐལ།  
མཆོན་བྱ་དེའི་བྱིད། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་ཡིན་པའི་བྱིད། འདོད་ན། མཐར་  
ཐུག་གི་འབྲས་བུ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིད། འདོད་ན། འབྲས་བུ་ཡིན་  
པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིད། འདོད་ན། འདུས་བྱས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་  
བྱིད། འདོད་མི་རུས་ཏེ། འདུས་མ་བྱས་ཡིན་པའི་བྱིད། དེར་ཐལ། བྱང་འདས་  
ཡིན་པའི་བྱིད། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་བྱིད། ཁ་ཅིག་སྒྲོར་བཞིའི་  
འབྲས་བུར་གྱུར་པའི་ཐོབ་བྱ་མཐར་ཐུག་འབྲས་བུ་ཆོས་སྤྱིའི་མཆན་ཉིད་ཟེར་  
ན། སྒྲོར་བཞིའི་རྒྱར་གྱུར་པའི་རྣམ་མཁྱེན་ཆོས་ཅན། མཆན་ཉིད་དེར་ཐལ།  
མཆོན་བྱ་དེའི་བྱིད། དེར་ཐལ། ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱ་ཡིན་པའི་བྱིད། དེར་ཐལ།  
རྣམ་མཁྱེན་ཡིན་པའི་བྱིད། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེ་ཡིན་པའི་བྱིད། དེར་ཐལ།  
དེ་ཡོད་པའི་བྱིད། དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱར་པའི་སངས་རྒྱས་འཕགས་  
པ་ཡོད་པའི་བྱིད། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་བྱིད། ཁ་ཅིག་རྣམ་



མཁེན་སྐད་ཅིག་དང་པོ་ལ་གནས་པའི་ལོངས་སྤྱལ་གཉིས་ཀ་ཡོད་ཟེར་ན། དེ་  
མེད་པར་ཐལ། དེ་ལ་གནས་པའི་སྤྱལ་སྤྱི་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་  
མཁེན་སྐད་ཅིག་དང་པོ་རྒྱད་ལ་ལྡན་པའི་སྤྱལ་སྤྱི་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
སྤྱལ་སྤྱི་ཡིན་ན། རྣམ་མཁེན་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་རྒྱད་ལྡན་ཡིན་དགོས་པའི་  
ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ བྱང་སེམས་རྒྱན་མཐའ་བ་སངས་རྒྱས་མ་ཐག་པའི་ཆེ་ལོངས་  
སྤྱོད་པ་ཀྱང་སྤྱལ་སྤྱི་མ་ཐོབ་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེས་དེའི་ཆེ་  
ལོངས་སྤྱོད་དང་དངོས་རྒྱ་ཚོགས་པ་ཆར་གཅིག་ལ་རག་ལས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་  
བྱུང་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྤྱལ་སྤྱི་ཐོབ་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་བཤའ་ལས།  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱལ་པའི་སྤྱིའི་བྱེ་བྲག་འགའ་ཞིག་ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས་པའི་  
སྤྱོད་དང་དངོས་རྒྱ་ཚོགས་པ་ཆར་གཅིག་ལ་རག་ལས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་བྱུང་པའི་  
ཚུལ་དུ་ཐོབ་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ བྱང་  
སེམས་རྒྱན་མཐའ་བ་འདོད་པའི་རྟེན་ལ་གསར་དུ་འཆང་རྒྱ་བ་ཡོད་ཟེར་ན།  
དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། འདོད་པ་དང་གཟུགས་མེད་ཀྱི་རྟེན་ལ་གསར་དུ་འཆང་  
རྒྱ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ལང་ཀར་གཤེགས་པ་ལས། འདོད་པ་ཁམས་  
དང་སྤིང་ཅེ་ན། །སངས་རྒྱས་རྣམ་པར་འཆང་མི་རྒྱ། །གཟུགས་ཀྱི་ཁམས་ཀྱི་  
འོག་མིན་དུ། །འདོད་ཆགས་བྲལ་ཏེ་འཆང་རྒྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
ཁ་ཅིག་ བྱང་སེམས་རྒྱན་མཐའ་བ་དེ་གཟུགས་ཁམས་གནས་རིགས་བཅུ་

བདུན་གྱི་ནང་ཚན་དུ་གྱུར་པའི་འོག་མིན་གྱི་རྟེན་ལ་གསར་དུ་འཛང་རྒྱ་བ་  
ཡིན་ཅོ་ཟེར་ན། དེ་ཡང་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེའི་ནང་ཚན་དུ་གྱུར་པའི་འོག་  
མིན་གྱི་གནས་དེ། སྤྱག་བསྐལ་བདེན་པས་བསྐྱས་པ་གང་ཞིག་། བྱང་སེམས་  
རྒྱན་མཐའ་བ་གསར་དུ་སངས་རྒྱས་པའི་གནས་འོག་མིན་ལ་བྱང་སེམས་  
དེས་ཞིང་དག་སྦྱོར་གྱི་སྒོ་ནས་བསྐྱབ་པའི་དག་པའི་ཞིང་ཞིག་དགོས་པའི་  
ཕྱིར། ཁ་ཅིག་གཞི་དང་སྙིང་པོ་མེ་རྟོག་གིས་བརྒྱན་པའི་གནས་འོག་མིན་དེ།  
བྱང་སེམས་རྒྱན་མཐའ་བ་མཐའ་དག་གསར་དུ་འཛང་རྒྱ་བའི་གནས་ཡིན་  
ཅོ་ཟེར་ན། འོ་ན། བྱང་སེམས་རྣམས་ཀྱིས་ཞིང་དག་སྦྱོར་བ་ཐོབ་མི་དགོས་  
པར་ཐལ། དེ་རྣམས་ཀྱིས་ཞིང་དག་སྦྱོར་གྱི་སྒོ་ནས་རང་ཉིད་འཛང་རྒྱ་བའི་  
ཞིང་སྐྱབ་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཁྱོད་ཀྱི་དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར།  
འདོད་མི་རུས་ཏེ། སྐབས་བཞི་པར་ཞིང་དག་སྦྱོར་བ་བསྐྱན་པ་ལ་དགོས་པ་  
ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ བྱང་སེམས་རྒྱན་མཐའ་བ་གསར་དུ་སངས་རྒྱས་  
པའི་ཆོ། དེའི་མཚན་དཔེས་སྤྲས་པའི་ལུས་ཀྱི་རིགས་འདྲ་ཕྱི་མ་ལོངས་སྐྱར་  
གནས་གྱུར་པ་ཡིན་ཟེར་ན། བྱང་སེམས་རྒྱན་མཐའི་མཚན་དཔེས་སྤྲས་པའི་  
ལུས་ལོངས་སྐྱར་འགྱུར་སྲིད་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་  
ན། དེ་གང་ཟག་ཏུ་འགྱུར་སྲིད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཆོས་  
ཅན། ཁྱོད་གང་ཟག་ཏུ་འགྱུར་མི་སྲིད་པར་ཐལ། ཁྱོད་གཟུགས་ཡིན་པའི་

ཕྱིར། ཁ་ཅིག གཟུགས་སྤྱ་གྲུང་པའི་སྐྱ་ཡིན་ན། གཟུགས་སྐྱ་ཡིན་པས་ཁྲབ་  
 ཟེར་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་གསུང་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། གཟུགས་གང་ཞིག་། སྐྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། སྐྱ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་དེར་ཐལ། འབྲས་བུ་ཆོས་སྐྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན།  
 གང་ཟག་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། །ཁ་ཅིག སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་བེམ་བོས་བསྐྱས་  
 པའི་ལུས་ཡོད་ཟེར་ན། དེ་མེད་པར་ཐལ། རྣམ་བཤད་ལས། སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 ཡེ་ཤེས་ཉིད་གདགས་གཞིར་བྱས་ནས་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱར་རྣམ་པར་བཞག་པ་  
 ཡིན་གྱི། བེམ་བོས་བསྐྱས་པའི་རྩལ་སྤྱ་རབ་བསགས་པའི་ལུས་ནི་ཅུང་ཟད་  
 ཀྱང་མེད་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། སྐྱོར་བཞི་བསྐྱོམ་སྟོབས་ཀྱིས་ཐོབ་པའི་  
 ཐོབ་བྱ་མཐར་ཐུག་འབྲས་བུ་ཆོས་སྐྱའི་མཆན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན། རོ་བོ་ཉིད་  
 སྐྱ། ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱ། ལོངས་སྐྱ། སྐྱལ་སྐྱ་དང་བཞི་ཡོད། རོ་བོ་ཉིད་སྐྱ་དེ་  
 མཆན་ཉིད་ཀྱི་བྱད་པར་ལྡ་དང་། ཡོན་ཏན་ལྡ་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ཏེ། རྒྱུད་ཟླ་མ་  
 ལས། དེ་ལས་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ནི། །རོ་བོ་ཉིད་སྐྱ་མཆན་ཉིད་ལ། །  
 མདོར་ན་ཡོན་ཏན་ལྡ་དང་ནི། །ལྡན་པ་ཉིད་དུ་རིག་པར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར། མཆན་ཉིད་ཀྱི་བྱད་པར་ལྡ་ཡང་ཡོད་དེ། འདུས་མ་བྱས་ཡིན་པ་  
 དང་། རྟོགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཆོག་པ་དབྱེར་མེད་པ་དང་། སྐྱོ་སྐྱར་གྱི་མཐའ་

གཉིས་སྤངས་པ་དང་། སློབ་པ་གསུམ་ལས་གྲོལ་བ་དང་རང་བཞིན་རྣམ་དག་གི་ཆ་འོད་གསལ་བ་དང་ལྷ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་ཡང་རྒྱད་ཟླར། འདུས་མ་བྱས་ཤིང་རྣམ་དབྱེར་མེད། །མཐའ་གཉིས་དག་ནི་རྣམ་པར་སྤངས། །ཉོན་མོངས་ཤེས་བྱའི་སྟོམས་འཇུག་གི། །སློབ་གསུམ་ལས་ནི་དེས་གྲོལ་ཏེ། །དེ་མེད་རྣམ་པར་རྟོག་མེད་དང་། །རྣལ་འབྱོར་རྣམས་ཀྱི་ཡུལ་ཡིན་ཕྱིར། །ཆོས་དབྱིངས་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་ནི། །དག་པའི་ཕྱིར་ན་འོད་གསལ་བ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། །ཡོན་ཏན་ལྷ་དང་ཡང་ལྷན་ཏེ། །ཡོན་ཏན་རྒྱ་ཆེ་བའི་གཞལ་མེད་དང་། །གྲངས་ཀྱིས་མི་ལངས་པའི་གྲངས་མེད་པ་དང་། །སྤྱོད་ཅེས་ཀྱིས་རྟོགས་པར་བསམ་དུ་མེད་པ་དང་། །སངས་རྒྱས་འབའ་ཞིག་གི་མངོན་སུམ་ཀྱི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་རིགས་གནས་ཀྱི་མི་མཉམ་པ་དང་། །སློབ་པ་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་སྤངས་པ་ལྷ་དང་ལྷན་པའི་ཕྱིར། །དེ་སྐད་དུ་རྒྱད་ཟླར། །གཞལ་མེད་གྲངས་མེད་བསམ་མེད་པ། །མཉམ་མེད་དག་པའི་མཐར་ཐུག་པའི། །ཡོན་ཏན་རྣམས་དང་ཡང་དག་པར། །ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་ལྷན་ཏེ། །རྒྱ་ཆེའི་ཕྱིར་དང་གྲངས་མེད་ཕྱིར། །རྟོག་གའི་ཡུལ་ནི་མིན་ཕྱིར་དང་། །འབའ་ཞིག་བག་ཆགས་བཅས་སྤངས་ཕྱིར། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། །ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱེ་ལ། །འོག་ནས་འབྱུང་བ་ལྟར་ཉེར་གཅིག་དང་། །གཞན་ཡང་ཆོས་དབྱིངས་ཡེ་ཤེས་ནས་བྱ་བྱབ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བར་ལྷ་ཡོད་པར་མངོ་སྤེའི་རྒྱན་ལས་བཞུགས་

འདུའོ། །ལོངས་སྐྱ་དེ་འཆད་འགྱུར་ལྟར་ངེས་པ་འོ། །ལོངས་སྐྱ་དེ་འཆད་  
 འགྱུར་ལྟར་ངེས་པ་ལྟ་དང་། བྱད་པར་ལྟ་ལྟར་དུ་བཤད་པ་ཡང་ཡིན་ཏེ། སྐྱ་  
 ཆོས་སྟོན་རྒྱན་མི་ཆད་པ་དང་། གསུང་བརྗོད་པ་རྒྱན་མི་ཆད་པ་དང་། ཐུགས་  
 མཛད་པ་རྒྱན་མི་ཆད་པ་དང་། འབད་ཚེ་ལ་གྱི་ནམ་རྟོག་མེད་པ་དང་། གདུལ་  
 བྱེད་འོ་བོར་སྐྱལ་པ་སྣ་ཆོགས་སུ་སྒྲུང་བ་དང་ལྟར་བཤད་པའི་བྱིར། དེ་སྐད་  
 དུ་ཡང་། རྒྱད་ཟླར། བརྗོད་སྟོན་མཛད་རྒྱན་མི་ཆད་དང་། །མདོན་པར་འདུ་  
 བྱེད་མེད་པ་དང་། །དེ་ཡི་འོ་བོར་མིན་སྟོན་ལ། །འདིར་ནི་སྣ་ཆོགས་ནམ་ལྟར་  
 སྟོན། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། སྐྱལ་བའི་སྐྱལ་ཡང་མང་དུ་ཡོད་ཀྱང་། བཟོ་  
 བོ་སྐྱལ་སྐྱུ། སྐྱེ་བ་སྐྱལ་སྐྱུ། མཆོག་གི་སྐྱལ་སྐྱུ་གསུམ་དུ་འདུ་བ་ཡིན་ཏེ། རྒྱད་  
 ཟླར། བཟོ་དང་སྐྱེ་བ་བྱང་ཆུབ་ཆེ། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པའི་བྱིར། མཆོག་  
 གི་སྐྱལ་སྐྱུ་དེ་མཛད་པ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་ཚུལ་སྟོན་པའི་བྱད་པར་དང་ལྟར་བ་  
 ཡིན་ཏེ། རྒྱད་ཟླར། ཆོས་ཀྱི་སྐྱལ་ས་མ་གཡོས་བར། །སྐྱལ་བའི་རང་བཞིན་  
 སྣ་ཆོགས་ཀྱིས། །ཞེས་པ་ནས། སྤྱིད་པ་རི་སྤྱིད་གནས་པར་སྟོན། །ཞེས་པའི་  
 བར་གསུངས་པའི་བྱིར། བྱང་སེམས་རྒྱན་མཐའ་བ་གསུམ་དུ་སངས་རྒྱས་  
 པའི་དུས་མཆོམས་ཡོད་དེ། དེས་ནམ་མཁུན་སྐད་ཅིག་དང་པོ་ཐོབ་བ་དང་།  
 རི་ལྟ་བུ་ལ་མཉམ་པར་བཞག་བཞིན་པའི་རང་ནས་རི་སྤྱིད་པའི་ཆོས་ཐམས་  
 ཅད་མདོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་དང་། ཡང་དག་མཐའ་མདོན་དུ་བྱས་པ་དང་།



མཆན་དཔེས་སྤྱོད་པའི་ལུས་ཀྱི་རིགས་འདྲ་སྤྱི་མ་ལོངས་སྤྱིའི་ལུས་སུ་  
གནས་གྱུར་པ་དང་། ལོངས་སྤྱི་དང་དངོས་སྤྱི་ཆོགས་པ་ཆར་གཅིག་ལ་རག་  
ལས་པའི་ཚུལ་གྱི་འབྲེལ་བ་བྱུང་པའི་སྤྱོད་སྤྱི་བྱངས་མེད་པ་ཐོབ་པ་དུས་  
མཉམ་པའི་ཕྱིར།

༥ གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྤྱོད་པ་ལ། ཁ་ཅིག་སྤྱོད་བཞིན་ཆུར་གྱུར་པའི་  
ནམ་མཁུན་ཆོས་ཅན། སྤྱོད་བཞི་བསྐྱོམ་སྟོབས་ཀྱིས་ཐོབ་པའི་ཐོབ་བྱ་མཐར་  
བུག་ཡིན་པར་ཐལ། འབྲས་བུ་ཆོས་སྤྱི་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སྤྱོད་བཞིན་  
རྗེས་སུ་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན་མ་ཁྲབ། ཁ་ཅིག་བྱང་སེམས་  
རྒྱན་མཐའ་བ་གསར་དུ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆེ་སྤྱོད་སྤྱི་མཐོབ་པར་ཐལ། དེའི་  
ཆེ་སྤྱོད་སྤྱི་མེད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། ནམ་པ་གཅིག་ཏུ་མ་ཁྲབ། མ་བྱུང་ན་དེར་  
ཐལ། དེའི་ཆེ་མ་ཆོག་གི་སྤྱོད་སྤྱི་མེད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། ཡང་ན་འདིར་མ་  
ཁྲབ་སྟེ། སྐབས་འདིར་མཁས་པ་དུ་མ་བཞེད་པ་མི་མཐུན་པར་སྤང་བས་  
དབྱུད་པར་བྱ་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་བྱང་སེམས་རྒྱན་མཐའ་བ་གསར་  
དུ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆེ་རི་ལྟ་བ་གཟིགས་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་ཉིད་ཀྱིས་རི་སྟོད་  
པ་གཟིགས་པར་ཐལ། དེས་དེའི་ཆེ་རི་ལྟ་བ་ལ་མཉམ་པར་བཞག་བཞིན་པའི་  
ངང་ནས་རི་སྟོད་པའི་ཆོས་ནམས་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
ཁས། འདོད་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། རི་ལྟ་བ་རྟོགས་པའི་ནམ་མཁུན་གྱིས་

རི་སྟོད་པ་མ་གཟིགས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཅ་ཤེའི་རྒྱུ་ཆེན་དུ་དེ་ལྟ་བུ་  
 ཞིག་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། སྟོན་མེད་དེ། དེ་ནི་རི་ལྟ་བུ་གཟིགས་པའི་  
 རྣམ་མཁུན་གྱིས་རི་ལྟ་བུ་གཟིགས་པ་ལྟར་དུ་རི་སྟོད་པ་མ་གཟིགས་པའི་དོན་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ན། རྣམ་བཤད་དགོངས་པ་རབ་གསལ་ལས།  
 དེས་དེ་གཟིགས་པར་གསུངས་པ་དང་འགལ་བར་འགྱུར་བ་ལས་རྗེའི་  
 དགོངས་པ་ལ་ནང་འགལ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ན་  
 བཅ་པོ་མེད་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཡོད་པར་  
 ཐལ། དེ་ན་རྩལ་དུ་གྲུབ་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་བྲས་པ་ལ། ཁྲབ་  
 པར་ཐལ། རྩལ་དུ་གྲུབ་པ་བཅ་པོའི་མཆན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 མདོ་སྟེ་པས་དེ་ལྟར་བཞེད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན་མ་ཁྲབ་སྟུང་། གོང་གི་རྟགས་  
 དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་མཆན་དཔེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

### ངོ་བོ་ཉིད་སྒྲུ།

༥ གཉིས་པ་གཞུང་དོན་དངོས་བཤད་པ་ལ་གཉིས། སྒྱའི་རྣམ་གཞག་  
 བཤད་པ་དང་། འཕྲིན་ལས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་བཞི། ངོ་  
 བོ་ཉིད་སྒྲུ། ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྒྲུ། ཡོངས་སྒྲུ། སྒྲལ་སྒྱའི་རྣམ་གཞག་བཤད་  
 པའོ། །དང་པོ་ནི། ཐུབ་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྒྲུ་ནི། །ཞེས་པ་ནས། དེ་དག་རང་བཞིན་  
 མཆན་ཉིད་དང་། །ཞེས་པའི་བར་ཆེགས་སུ་བཅད་པ་གཅིག་གིས་སྟོན་ཏེ།

དོན་ནི་འབྲེལ་བར། ཐུབ་པ་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་  
ནི། ཞེས་པ་ནས། ཆོས་ཐམས་ཅད་རྟོགས་པས་ཐོབ་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་  
བར་གྱིས་འཆད་ལ། འཕྲོས་ནི། མདོ་ལས། རབ་འབྱོར་གཞན་ཡང་ཟག་པ་  
མེད་པའི་ཆོས་རྣམས་མི་ལམ་ལྟ་བུ་དངོས་པོ་དང་མི་ལྡན་པར་དངོས་པོ་མེད་  
པའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་མཆན་ཉིད་གྱིས་སྟོང་བ། ཞེས་པ་ནས། མཆན་ཉིད་  
གཅིག་པོ་འདི་ལྟ་སྟེ་མཆན་ཉིད་མེད་པ་དེ་ནི་དེ་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་  
བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱ་སྟེ།  
ཞེས་སོགས་ལས་འཕྲོས་སོ། །

འདིའི་སྐབས་སུ་གཉིས། ཆིག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱུང་པའོ། །དང་པོ་  
ནི། ཐུབ་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་ནི་ཆོས་ཅན། བྱོད་བྱུང་ཆོས་གསུམ་དང་ལྡན་  
པ་ཡིན་ཏེ། ཟག་པ་མེད་པའི་ཆོས་ཡེ་ཤེས་སྡེ་ཆན་ཉེར་གཅིག་པོ་གང་དག་  
རྫོགས་པར་ཐོབ་པར་གྱུར་པ་ལྡན་པའི་བྱུང་པར་དང་། སྒྲིབ་གཉིས་རྣམ་པ་  
ཀུན་ཏུ་རྣམ་པར་དག་པ་བྲལ་བའི་བྱུང་པར་དང་། ཟག་མེད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་སྡེ་  
ཆན་ཉེར་གཅིག་པོ་དེ་དག་རང་བཞིན་བདེན་པས་སྟོང་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་  
ཀྱི་ངོ་བོའི་བྱུང་པར་ཏེ་བྱུང་ཆོས་གསུམ་དང་ལྡན་པའི་དག་པ་གཉིས་ལྡན་གྱི་  
སྐྱེ་ཡིན་པའི་བྱིང་།

གཉིས་པ་མཐའ་དབྱུང་པ་ལ་གསུམ། དང་པོ་ལ་ཁ་ཅིག་ སྒྲིབ་གཉིས་



ཐལ། ཁྱོད་བདག་མེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་རང་བཞིན་གྱིས་རྣམ་པར་  
 དག་ཅིང་། སློ་བུར་གྱི་དྲི་མ་སྤངས་པའི་སྤྱི། རོ་བོ་ཉིད་སྤྱིའི་མཆན་ཉིད་ཟེར་ན།  
 རོ་བོ་ཉིད་སྤྱི་ཆོས་ཅན། མཆན་ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན།  
 རང་བཞིན་གྱིས་རྣམ་པར་དག་པར་ཐལ་འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། རང་  
 བཞིན་གྱིས་དཔེན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། རང་བཞིན་གྱིས་  
 མེད་པར་ཐལ་ལོ། ཁ་ཅིག་སློ་བུར་གྱི་དྲི་མས་རྣམ་པར་དག་པའི་རོ་བོ་ཉིད་  
 སྤྱི་ཡིན་ན། སློ་བུར་རྣམ་དག་གི་ཆར་གྱུར་པའི་རོ་བོ་ཉིད་སྤྱི་ཡིན་པས་ཁྲབ་  
 ཟེར་ན། རང་བཞིན་རྣམ་དག་གི་ཆར་གྱུར་པའི་རོ་བོ་ཉིད་སྤྱི་ཆོས་ཅན། དེར་  
 ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སློ་བུར་གྱི་དྲི་མ་སྤངས་པའི་རོ་བོ་ཉིད་སྤྱི་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རོ་བོ་ཉིད་སྤྱི་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཀུན་རྫོབ་བདེན་  
 པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དོན་དམ་བདེན་པ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སློ་བུར་རྣམ་དག་གི་  
 རོ་བོ་ཉིད་སྤྱི་ཡིན་ན། སློ་བུར་རྣམ་དག་གི་ཆར་གྱུར་པའི་རོ་བོ་ཉིད་སྤྱི་ཡིན་  
 པས་ཁྲབ། རང་བཞིན་རྣམ་དག་གི་རོ་བོ་ཉིད་སྤྱི་ཡིན་ན། རང་བཞིན་རྣམ་དག་  
 གི་ཆར་གྱུར་པའི་རོ་བོ་ཉིད་སྤྱི་ཡིན་པས་ཁྲབ་ཟེར་ན། རྣམ་མཁྱེན་བདེན་སྟོང་  
 ཆོས་ཅན། དང་པོ་དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སློ་བུར་གྱི་དྲི་མ་སྤངས་  
 པའི་རོ་བོ་ཉིད་སྤྱི་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། སློ་བུར་རྣམ་དག་གི་ཆར་གྱུར་



པའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་ཆོས་ཅན། ཕྱི་མ་དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བདེན་  
 པར་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་ཀ་ལ་འདོད་མི་བྱས་སོ། །  
 ཁ་ཅིག་ནམ་མཁུན་བདེན་སྟོང་དེ་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་མ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། དེ་རང་བཞིན་ནམ་དག་གི་ཆར་གྱུར་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 དེར་ཐལ། རྒྱན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་བདེན་སྟོང་དེ། རང་བཞིན་ནམ་  
 དག་གི་ཆར་གྱུར་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་འགྱུར་རུང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 དེ་ཐེག་ཆེན་སྐབ་པའི་རྟེན་རང་བཞིན་གནས་རིགས་གང་ཞིག། དེ་ལྟ་ན་དེ་  
 དེར་འགྱུར་རུང་དུ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེས་ཤེས་བྱ་མི་མཁུན་  
 པས་དེ་སངས་རྒྱས་མིན་ཟེར་ན། འོ་ན། དེ་ཡོན་ཏན་ཡིན་ནམ་མིན། དང་པོ་  
 ལྟར་ན། དེ་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པར་ཐལ། གནས་སྐབས་དང་  
 མཐར་ཐུག་གི་ཡོན་ཏན་གང་རུང་གང་ཞིག །མཐར་ཐུག་གི་ཡོན་ཏན་མ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་མ་གྲུབ་ན། དེ་མཐར་ཐུག་གི་ཡོན་ཏན་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 སངས་རྒྱས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཏགས་ཁས། གོང་དུ་འདོད་ན། གནས་གྱུར་  
 མཐར་མ་ཕྱིན་པའི་ཡོན་ཏན་དུ་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་སྐྱེ་བ་པ་  
 མ་སྤངས་པའི་ཡོན་ཏན་དུ་ཐལ་ལོ།

༥ གཉིས་པ་རང་གི་ལུགས་ལ། དག་པ་གཉིས་ལྡན་གྱི་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་  
 ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེའི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན། མྱོ་བྱར་ནམ་དག་གི་ཆར་གྱུར་པའི་

ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་དང་། རང་བཞིན་རྣམ་དག་གི་ཆར་གྱུར་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་གཉིས།  
དང་པོ་ནི། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་བྱུགས་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་སྤངས་པའི་  
སྤངས་ཆ་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ནི་སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་བྱུགས་བདེན་སྟོང་  
ལྟ་བུའོ། །ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་དེ་བྱུང་ཆོས་གསུམ་དང་ལྡན་ཏེ། སྤར་བ་ཤད་པ་ལྟར་  
ལྡན་པ་བྲལ་བ་ངོ་བོའི་བྱུང་པར་གསུམ་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར།

༥ གསུམ་པ་ཅོད་པ་སྟོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་ ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་ཡིན་ན། ཆོས་  
ཉིད་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། ཆོས་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་  
ཕྱིར། ཟེར་ན་མ་བྱུང་། འདོད་ན། སྟོང་བར་རྣམ་དག་གི་ཆར་གྱུར་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་  
སྐྱེ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། ཏྲགས་གསལ་སྟོའོ། །ཟེར་ན། ལོངས་  
སྤྱུལ་གང་རུང་ཡིན་ན། གཟུགས་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། དེ་གང་རུང་ཡིན་  
ན། གཟུགས་སྐྱེ་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་ཁས། འདོད་མི་རུས་ཏེ།  
དེ་གང་རུང་ཡིན་ན། གང་ཟག་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་  
ཡིན་ན། སངས་རྒྱས་ཁོ་ནའི་མདོན་སུམ་གྱི་སྟོང་ཡུལ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ།  
རྒྱུད་སྒྲ་མ་ལས། འབའ་ཞིག་བག་ཆགས་བཅས་སྤངས་ཕྱིར། །ཞེས་གསུངས་  
པའི་ཕྱིར་ན། སྟོན་མེད་དེ། དེ་ནི་སྟོང་བར་རྣམ་དག་གི་ཆར་གྱུར་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་  
སྐྱེ་ལ་དགོངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་ཡིན་ན། དོན་དམ་བདེན་པ་  
ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། བྱུང་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་ནི་ཞེས་པའི་སྐབས་ནས་བསྟན་

པའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྤྱོད་ལ་ངེས་ཀྱིས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་དངོས་བསྟན་བསྟན་  
བྱའི་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྤྱོད་ལ་ངེས་ཀྱིས་པའི་ཕྱིར་ན་མ་ཁྱལ། ཁ་  
ཅིག་ན་མ་ཁྱེན་བདེན་སྟོང་ངོ་བོ་ཉིད་སྤྱོད་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སེམས་ཅན་  
ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སེམས་ཅན་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་དེ་ཡོད་པའི་  
ཕྱིར། ན་མ་ཁྱལ། ཁ་ཅིག་ངོ་བོ་ཉིད་སྤྱོད་ཆོས་ཅན། རྟག་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
མི་རྟག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱིད་སངས་རྒྱས་པའི་ཆེ་ཡོད་ལ།  
སངས་མ་རྒྱས་པའི་ཆེ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྱལ་སྟེ། ངོ་བོ་ཉིད་སྤྱོད་  
དེ་མཁས་པ་ལ་གྲགས་པའི་རྟག་པ་ཡིན་པས་རྟག་པར་འཛོག་རིགས་ཀྱི།  
ལྷན་པོ་ལ་གྲགས་པའི་རྟག་པ་ཡིན་ན། རྟག་པ་ཡིན་པས་མ་ཁྱལ་པའི་ཕྱིར།

### ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྤྱོད།

༥ གཉིས་པ་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྤྱོད་བཤད་པ་ལ་གསུམ། དངོས་དང་། བྱེ་  
བྲག་ཏུ་བཤད་པ་དང་། དེ་ལ་ཚུད་པ་སྟོང་བའོ། །དང་པོ་ནི། བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་ཀྱིས་  
མཐུན་ཆད་མེད་དང་། །ཞེས་པ་ནས། ཆོས་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱིས་བཟོད་པ་ཡིན། །ཞེས་  
པའི་བར་གྱིས་སྟོན་ཏེ། དོན་ནི་འབྲེལ་བར། དྲན་པ་ཉི་བར་བཞག་པ་ལ་  
སོགས་པ་ནས་འཕགས་པའི་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱུད་པའི་བར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
སྤྱོད་ཀྱིས་རྣམས་དང་། །ཞེས་པ་ནས། ཆོས་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱིས་མཛོན་པར་བཟོད་པ་ཡིན་  
ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས་ལ། འཕྲོས་ནི། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་ཆོས་

སྤྱི་ཙུ་ཙ་བདུན་དང་། ཞེས་པ་ནས། ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་ཉིད་དེ། རབ་འབྱོར་  
འདི་དག་ནི་ཟག་པ་མེད་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཅེས་བྱའོ། །ཞེས་པའི་བར་  
གསུངས་པ་ལས་འབྲོས་སོ། །

འདི་ལ་གཉིས། ཆོག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་ནི། སངས་  
རྒྱུ་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་བླ་པ་ཉེར་གཞག་ནས་འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་  
བརྒྱད་ཀྱི་བར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཕྱོགས་དང་མཐུན་པའི་ཆོས་སྤྱི་ཙུ་ཙ་བདུན་  
དང་། བྱམས་སོགས་ཆད་མེད་པ་བཞི་དང་། གཟུགས་ཅན་གྱི་རྣམ་ཐར་  
གཉིས་སྤྱུག་པའི་རྣམ་ཐར་གཅིག་འགོག་པའི་རྣམ་ཐར་གཅིག་གཟུགས་མེད་  
ཀྱི་རྣམ་ཐར་བཞི་སྟེ་རྣམ་པར་ཐར་པ་བརྒྱད་དང་། བསམ་གཏན་བཞི་དང་  
གཟུགས་མེད་ཀྱི་དངོས་གཞིའི་སྟོམས་འཇུག་བཞི་འགོག་པའི་སྟོམས་  
འཇུག་གཅིག་སྟེ་མཐར་གྱིས་ནི་གནས་པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་དགུ་ཡི་  
བདག་ཉིད་དང་། ཟད་པར་ས་དང་ཆུ་མེ་རླང་སྟོན་པོ་སེར་པོ་དམར་པོ་དཀར་  
པོ་ནམ་མཁའ་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་དེ་ཟད་པར་གྱི་སྐྱེ་མཆེད་བཅུ་ཡི་  
བདག་ཉིད་དང་། རྣལ་འབྱོར་པ་རང་ལུས་ལ་གཟུགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བཞག་  
ནས་སྤྱི་རོལ་གྱི་གཟུགས་ཆེ་ཆུང་དུ་བལྟ་བ་གཉིས་དང་གཟུགས་ཀྱི་འདུ་  
ཤེས་མ་བཞག་པར་གཟུགས་ཆེ་ཆུང་དུ་ལྟ་བ་གཉིས་ཏེ་བཞི་དང་ནང་རྣལ་  
འབྱོར་པར་མ་ལུས་ལ་གཟུགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་མ་བཞག་པར་སྟོ་སེར་དཀར་

དམར་བཞི་བེལ་གྱིས་གཞོན་པའི་བེལ་གཞོན་གྱི་སྒྲུ་མཆོད་བཞི་སྟེ་བེལ་  
 གྱིས་གཞོན་པའི་སྒྲུ་མཆོད་ནི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བས་རྣམ་པ་བརྒྱད་དང་། ཉོན་  
 མོངས་མེད་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་དང་། སྟོན་གནས་མཁྱེན་པ་དང་། སྤར་བཤའ་  
 པ་ལྟར་མངོན་ཤེས་བྱུག་དང་། ཆོས་དོན་ངེས་ཆོག་སྟོབས་པ་སོ་སོ་ཡང་  
 དག་རིག་པ་བཞི་དང་། ཉེན་ཡོངས་སུ་དག་པ་དང་དམིགས་པ་བྱུགས་ཡེ་  
 ཤེས་ཉེ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་དག་པ་བཞི་དང་། ཆེ་ལ་དབང་བ་དང་  
 སེམས་ཡོ་བྱད་ལས་སྒྲུ་བ་མོས་པ་སྟོན་ལམ་རྩ་འབྲུལ་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ལ་  
 དབང་བ་བརྒྱད་དང་། སྤར་བཤའ་པ་ལྟར་སྟོབས་བརྒྱད་དང་། མི་འཛིགས་པ་ནི་  
 བཞི་དག་དང་། སྒྲུ་གསུང་བྱུགས་ཀྱི་སྒྲུ་བ་ཡོངས་སུ་དག་པའི་བསྐྱེད་བ་  
 མེད་པ་རྣམ་པ་གསུམ་དང་། ཆོས་སྟོན་པའི་ཆེ་ཉོན་འདོད་པ་དང་མི་འདོད་པ་  
 དང་། འདོད་མི་འདོད་གཉིས་ཀ་ལ་རིམ་པ་བཞིན་དུ་ཆགས་པ་དང་ཁྱོ་བ་དང་  
 དེ་གཉིས་ཀ་མེད་པའི་བྱན་པ་ཉི་བར་བཞག་པ་རྣམ་པ་གསུམ་དང་། སེམས་  
 ཅན་འདུལ་བའི་དུས་ལས་མི་འདའ་བའི་བསྟེལ་བ་མི་མངའ་བའི་ཆོས་ཉིད་  
 དང་། སྒྲིབ་གཉིས་ཀྱི་བག་ཆགས་ཡང་དག་པར་བཅོམ་པ་དང་། སྒྲུ་བོ་མཐའ་  
 དག་ལ་པན་པའི་བྱུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་། ཐུབ་པ་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་  
 འདས་ཁོ་ནའི་མ་འདྲེས་པའི་ཆོས་བཅོ་བརྒྱད་སྤར་བཤའ་པ་གང་ཡིན་པ་  
 དང་། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་དང་། ཅ་བའི་དང་གི་སྤྱོད་བསྟན་པའི་



ལམ་ཤེས་དང་། གཞི་ཤེས་ཏེ་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་སྡེ་ཆོན་ཉིར་གཅིག་པོ་དེ་  
དག་ཆོས་ཅན། ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན་ཏེ། ཇི་ལྟ་ཇི་སྟེད་ཀྱི་  
ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་མདོན་སྟུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་མཐར་ཐུག་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ་ཁ་ཅིག་ ཐུབ་  
པའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་ནི། །ཞེས་སོགས་དང་། བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་ཀྱིས་མཐུན་ཆད་མེད་  
དང་། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་གཞུང་གཉིས་མདོར་བསྟན་རྒྱས་བཤད་པ་ཡིན་ཟེར་  
ན། དེ་གཉིས་མདོར་བསྟན་རྒྱས་བཤད་ཡིན་པར་ཐལ། སྟོབ་དཔོན་འཕགས་  
པས་དེ་གཉིས་མདོར་བསྟན་རྒྱས་བཤད་དུ་སྦྱར་བའི་ཕྱིར། ཁྱབ་སྟེ། སྟོབ་  
དཔོན་འཕགས་པ་དེ་ལྟ་བུའི་གཞུང་དོན་ལ་མི་འབྲུལ་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་  
ཐེག་ཆོན་འཕགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ སྟོབ་དཔོན་སེལ་བཟང་པོས་  
དེ་གཉིས་མདོར་བསྟན་རྒྱས་བཤད་དུ་མི་བཞེད་ཟེར་ན། དེ་བཞེད་པར་ཐལ།  
དེ་ཟག་པ་མེད་པའི་ཆོས་གང་དག་ ཅེས་མདོར་བསྟན་ནས། དེ་དག་གང་ཡིན་  
ཞེ་ན། བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་ཀྱིས་མཐུན་ཆད་མེད་དང་། །ཞེས་པ་ནས། ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་  
ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན། །ཞེས་པའི་བར་འབྱུང་བར་བཞེད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་  
སྐབས་འདིར་འགྲེལ་བ་དོན་གསལ་གྱིས་དེ་གཉིས་མདོར་བསྟན་རྒྱས་  
བཤད་དུ་སྦྱར་ནས་བཤད་པ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། སྦྱིར་དེ་

གཉིས་མདོར་བསྟན་རྒྱས་བཤད་དུ་རུང་ཡང་སྐབས་འདིར་འགྲེལ་བས་དེ་  
 གཉིས་མདོར་བསྟན་རྒྱས་བཤད་དུ་མ་སྒྱུར་བར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའི་ཐག་  
 མེད་ཡེ་ཤེས་སྡེ་ཆེན་ཉིད་གཅིག་པོ་དེ་ངོ་བོ་ཉིད་སྒྱུ་ལས་ལོགས་སུ་གསུང་  
 བར་བཞེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ལྟར་བསྟན་པ་ལ་དགོས་པ་བྱུང་བར་ཅན་  
 ཡོད་པར་བཞེད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སློབ་དཔོན་འཕགས་པས། ཡེ་ཤེས་ཆོས་  
 སྒྱ་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་མདོན་རྟོགས་རྒྱུ་ཀྱི་གཞུང་ཆིག་མི་འདོད་ཟེར་ན། འོ་ན།  
 དེས་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྒྱུ་དེ་མདོན་རྟོགས་རྒྱུ་ཀྱིས་མ་བསྟན་པར་འདོད་པར་  
 ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེས་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྒྱུ་མི་བཞེད་  
 བར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེས་དེ་བཞེད་པར་ཐལ། སློབ་དཔོན་  
 ཐོགས་མེད་སྒྱུ་མཆེད་གཉིས་ཀྱིས་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྒྱུ་བཞེད་པའི་ཕྱིར། དེར་  
 ཐལ། སློབ་དཔོན་ཐོགས་མེད་སྒྱུ་མཆེད་དང་། སློབ་དཔོན་འཕགས་པ་གྲོལ་  
 སྡེ་ལ་ལྟ་བའི་འཆད་ཚུལ་ལ་མི་མཐུན་པའི་བྱུང་བར་ཡོད་ཀྱང་། སྒྱའི་གངས་  
 དེས་སོགས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ཀྱི་རྣམ་གཞག་སྒྱུ་ལ་མི་མཐུན་པའི་བྱུང་  
 བར་མེད་པའི་ཕྱིར། གལ་ཏེ་ཐོགས་མེད་སྒྱུ་མཆེད་གཉིས་ཀྱང་ཡེ་ཤེས་ཆོས་  
 སྒྱུ་མི་བཞེད་དོ་ཞེ་ན། དེས་དེ་བཞེད་པར་ཐལ། བྱང་ས་ལས། སངས་རྒྱས་  
 བཅོམ་ལྷན་འདས་རྣམས་ཀྱི་སྒྱུ་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། གཟུགས་ཀྱི་སྒྱུ་དང་  
 ཆོས་ཀྱི་སྒྱུ་ལོ། །ཆོས་ཀྱི་སྒྱུ་ལ་ཡང་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། སྤངས་པ་དང་ཡེ་ཤེས་

སོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། འཕགས་པ་གྲོལ་སྡེས་ཡེ་ཤེས་  
ཆོས་སྐུ་བཞེད་པར་ཐལ། ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སངས་  
རྒྱུས་ཀྱི་སའི་བླ་མེད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་སྡེ་ཆོན་ཉིད་གཅིག་པོ་དེ་ཡེ་ཤེས་ཆོས་  
སྐུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཅུ་བར། ཆོས་ཀྱི་སྐུ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན། །ཞེས་  
གསུངས་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། འཕགས་པ་གྲོལ་སྡེའི་རྒྱུད་ལ་ཡེ་ཤེས་  
ཆོས་སྐུ་མེད་པར་ལྟ་བའི་ལོག་ལྟ་ཡོད་པར་ཐལ། དེས་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐུ་མི་  
བཞེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་ཁས། འདོད་ན། དེའི་རྒྱུད་ལ་ལོག་ལྟ་ཡོད་པར་ཐལ་  
སོ། །

ཁ་ཅིག་སློབ་དཔོན་འཕགས་པས། སངས་རྒྱུས་ཀྱི་སྐུ་ལ་ངོ་བོ་ཉིད་སྐུ།  
ལོངས་སྐུ། སྐུ་ལ་སྐུ་དང་གསུམ་ཁོ་ནར་གངས་ངེས་པར་བཞེད་པ་ཡིན་ཟེར་  
ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེས་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་སྐུ་ལ་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐུ་ཡོད་  
པར་བཞེད་པ་སྐུ་བ་ཟེན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་སྐུ་ལ་དེ་གསུམ་དུ་  
གངས་མ་ངེས་ཟེར་ན། དེ་ངེས་པར་ཐལ། མདོ་སྡེའི་རྒྱན་ལས། སྐུ་གསུམ་  
དག་གིས་སངས་རྒྱུས་ཀྱི། །སྐུ་བསྐྱུས་པར་ནི་ཤེས་བྱ་སྟེ། །སྐུ་གསུམ་དག་  
གི་རང་གཞན་གྱི། །དོན་འདི་ཉིད་དང་བཅས་པར་བསྟན། །ཞེས་གསུངས་  
པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སློབ་དཔོན་སེཌ་བཟང་པོས་སྐུ་གསུམ་གྱི་གངས་ངེས་མི་  
བཞེད་ཟེར་ན། དེ་བཞེད་པར་ཐལ། སློབ་དཔོན་གྱིས་སྐུ་དེ་ལ། གསུམ་དང་

བཞི་གང་དུ་གངས་ངེས་བྱས་ཀྱང་མི་འགལ་བར་བཞེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 དེས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་ལ་གསུམ་དང་བཞིར་ཡང་གངས་ངེས་བྱས་པ་ནི་  
 དབྱེ་བསྐྱེད་ཁྱད་པར་ཅམ་ཡིན་པར་བཞེད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སངས་རྒྱས་  
 ཀྱི་སའི་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་སྡེ་ཆན་ཉིར་གཅིག་པོ་དེ། རོ་བོ་ཉིད་སྐྱས་བསྐྱས་  
 པ་ཡིན་ཟེར་ན། འོ་ན། དེ་དག་འདུས་མ་བྱས་ཀྱིས་བསྐྱས་པར་ཐལ། དམ་  
 བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། བྱབ་སྟེ། དེ་དག་རོ་བོ་ཉིད་སྐྱས་བསྐྱས་པར་འདོད་ན།  
 སངས་པ་མཐར་ཐུག་གིས་བསྐྱས་པར་འདོད་དགོས་ལ། དེ་ལྟར་འདུས་མ་  
 བྱས་ཀྱིས་བསྐྱས་པར་ཡང་དོན་གྱིས་ཁས་སྐྱངས་སོང་བའི་ཕྱིར། འདོད་མི་  
 བྱས་ཏེ། འདུས་བྱས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའི་ཟག་མེད་  
 ཡེ་ཤེས་སྡེ་ཆན་ཉིར་གཅིག་པོ་ཆོས་ཅན། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བསྐྱས་པ་མ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་རོ་བོ་ཉིད་སྐྱས་ཀྱང་མ་བསྐྱས། ལོངས་སྐྱས་ཀྱང་མ་  
 བསྐྱས། སྐུ་ལ་པའི་སྐྱས་ཀྱང་མ་བསྐྱས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་ཐལ་འགྱུར་གྱི་  
 བྱབ་པ་སྟོབ་དཔོན་འཕགས་པ་གྲོ་ལ་སྡེས་ཞལ་གྱིས་བཞེས་པ་ཡིན་ཟེར་ན།  
 དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། བྱབ་པ་དེ་སྟོབ་དཔོན་འཕགས་པས་ཉི་མེ་སྒྲིང་བར་  
 ཡང་ཞལ་གྱིས་མ་བཞེས། དེ་ལས་གཞན་དུ་ཡང་ཞལ་གྱིས་མ་བཞེས་པའི་  
 ཕྱིར། ཁ་ཅིག་རོ་བོ་ཉིད་སྐྱ་དང་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱ་གང་རུང་ཡིན་ན། སངས་  
 རྒྱས་ནང་པན་ཚུན་ཁོ་ནའི་མདོན་སུམ་གྱི་སྦྱོང་ཡུལ་ཡིན་པས་བྱབ་ཟེར་ན།

ནམ་མཁའ་བདེན་སྟོང་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རོ་བོ་ཉིད་  
སྐྱེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། ཐེག་ཆེན་སྒྲོམ་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་  
གྱིས་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ ལོངས་སྐྱེ་དེ་བྱང་འཕགས་ཁོ་  
ནའི་མངོན་སུམ་གྱི་སྟོན་ཡུལ་ཡིན་ཟེར་ན། འོ་ན། དེ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་  
པའི་སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་མེད་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར།  
འདོད་མི་རྒྱས་སོ། །

ཁ་ཅིག་ ལོངས་སྐྱེ་དེ་ཐེག་ཆེན་འཕགས་པ་ཁོ་ནའི་མངོན་སུམ་གྱི་  
སྟོན་ཡུལ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་ཞིག་དེ་ཡང་མི་འཐད་པར་ཐལ། ལོངས་སྐྱེ་མངོན་  
སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་འཕགས་པ་མིན་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
དེ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་གང་ཟག་མིན་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ སྐྱལ་  
སྐྱེ་དེ་སྐྱེ་བོ་ལས་དག་ཡན་ཆད་ཁོ་ནའི་མངོན་སུམ་གྱི་སྟོན་ཡུལ་ཡིན་ཟེར་ན།  
དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། སྐྱལ་སྐྱེ་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བའི་ལས་མ་དག་ པའི་  
སེམས་ཅན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བཟོ་བོ་སྐྱལ་སྐྱེ་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་  
བའི་དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ སྐྱལ་སྐྱེ་དེ་སྐྱེ་བོ་ལས་དག་ཡན་ཆད་ཀྱི་མངོན་  
སུམ་གྱི་སྟོན་ཡུལ་མིན་ཟེར་ན། འོ་ན། དེ་ཡན་ཆད་ཀྱི་མངོན་སུམ་གྱི་སྟོན་  
ཡུལ་ཡིན་ན། དེ་ཡན་ཆད་ཁོ་ནའི་མངོན་སུམ་གྱི་སྟོན་ཡུལ་ཡིན་དགོས་པར་  
ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཡན་ཆད་ཀྱི་རྒྱད་ལ་ཡོན་ཏན་



ཡོད་པར་ཁས་སྦངས་ན། དེ་ཡན་ཆད་ཁོ་ནའི་རྒྱད་ལ་ཡོན་ཏན་ཡོད་པར་  
 ཁས་ལེན་དགོས་པར་ཐལ་ལོ། །ཁ་ཅིག་ རོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་དེ། སྐྱེ་ལྷག་མ་གསུམ་  
 གྱི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་ཟེར་ན། རོ་ན། ཆོས་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་  
 པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དོན་དམ་བདེན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར།  
 འདོད་མི་བྱས་ཏེ། གྱུན་རྒྱུ་བདེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ རང་བཞིན་  
 རྣམ་དག་གི་ཆར་གྱུར་པའི་རོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་དེ། སྐྱེ་ལྷག་མ་གསུམ་གྱི་ཆོས་ཉིད་  
 ཡིན་ཟེར་ན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལོངས་སྐྱུའི་ཆོས་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 དེར་ཐལ། དེ་བདེན་པར་འཇིན་པའི་བདེན་འཇིན་དེ། ལོངས་སྐྱུ་བདེན་པར་  
 འཇིན་པའི་བདེན་འཇིན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ སངས་རྒྱས་འཕགས་  
 པའི་རྒྱད་ཀྱི་ཤེས་པ་ཡིན་ན། ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱུ་ཡིན་པས་བྱབ་ཟེར་ན། སངས་  
 རྒྱས་འཕགས་པའི་མིག་ཤེས་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན།  
 ཡིད་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། །ཁ་ཅིག་ ཆོས་ཐམས་ཅད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་  
 པའི་ཤེས་པ་མཐར་ཐུག་དེ། ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱུའི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། སྤྲ་མ་དེ་  
 ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ། མཆོན་ཉིད་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འགྲེལ་ཆེན་  
 ལས། སངས་རྒྱས་ཀྱི་གནས་སྐྱབས་ན་མི་ཤེས་པའི་དབང་པོ་སྦངས་པའི་  
 ཕྱིར། ཡིད་ཤེས་ཀྱི་སྒྲོ་བཞིན་དུ་དབང་པོའི་སྒྲོས་ཀྱང་ཡུལ་ཡོངས་སུ་དཔྱོད་  
 པ་དེའི་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཁྱེན་པ་ཐམས་ཅད་ཡུལ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་

ཉིད་དུ་འདོད་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་གི་ལུགས་ལ་གཉིས། སློབ་དཔོན་གཉིས་ཀྱིས་ཙུ་  
བའི་དགོངས་པ་འབྲེལ་ཚུལ་བཤད་པ་དང་། སྤྱི་གངས་ངེས་སོགས་བཤད་  
པའོ། །དང་པོ་ནི། སློབ་དཔོན་འཕགས་པས་སྐབས་བརྒྱད་པའི་ལུས་ནྟམ་  
གཞག་གིས་བརྗོད་བྱ་ངེ་ལྟར་བསྟན་པའི་བཞེད་ཚུལ་ཡོད་དེ། རོ་བོ་ཉིད་ཅེས་  
པས་རོ་བོ་ཉིད་སྐྱབས་ལྟན། ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས་བཅས་ཞེས་པས་ལོངས་སྐྱབས་  
བསྟན། དེ་བཞིན་གཞན་པ་སྐྱལ་པ་ནི། །ཞེས་བས་སྐྱལ་སྐྱུ་མཛད་པ་དང་  
བཅས་བསྟན། ཆོས་སྐྱུ་མཛད་པ་དང་བཅས་པ། །ཞེས་བས་ལུས་བསྟན་  
བཤད་སྐྱར་ནས་བསྟན་པའི་བྱིར། དེས་ཆིག་དོན་ཡན་ལག་རྒྱས་བཤད་ཀྱི་  
བརྗོད་བྱ་ངེ་ལྟར་བསྟན་པར་བཞེད་ཚུལ་ཡོད་དེ། ཐུབ་པའི་རོ་བོ་ཉིད་སྐྱབས་ནི། །  
ཞེས་སོགས་རྟེན་པ་བཞེས་རོ་བོ་ཉིད་སྐྱབས་བྱུང་ཆོས་གསུམ་ལྟན་ཀྱི་སྒོ་ནས་  
མདོར་བསྟན། བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་མཐུན་ཆད་མེད་དང་། །ཞེས་པ་ནས། ཆོས་  
ཀྱི་སྐྱུ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན། །ཞེས་པའི་བར་ཀྱིས་རོ་བོ་ཉིད་སྐྱབས་པར་  
བཤད། ཉན་ཐོས་ཉན་མོངས་མེད་པའི་ལྟ། །ཞེས་པ་ནས། ལྟག་པ་ཞེས་བྱང་  
བརྗོད་པ་ཡིན། །ཞེས་པའི་བར་ཀྱིས་ཉན་མོངས་མེད་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་དང་  
སྒོན་གནས་མཁྱེན་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་གཉིས་རྒྱས་པར་བཤད། མཆོན་ནི་  
སུམ་ཅུ་ཙུ་གཉིས་དང་ཞེས་སོགས་རྟེན་པ་བཞེས་ལོངས་སྐྱབས་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་

སྒྲོ་ནས་མདོར་བསྟན། ཕྱག་ཞབས་འཁོར་ལོའི་མཆན་དང་། ཞེས་པ་ནས།  
 དཔེ་བྱད་བཟང་པོར་བཞེད། །ཅེས་པའི་བར་གྱིས་ལོངས་སྒྲུ་ཡོན་ཏན་གྱི་སྒྲོ་  
 ནས་རྒྱས་པར་བཤད། གང་གི་སྲིད་པ། ཞེས་སོགས་རྟེན་པ་བཞེས་སྒྲུལ་སྒྲུ་  
 དུས་གྱི་སྒྲོ་ནས་མདོར་བསྟན། དེ་བཞིན་འཁོར་བ་རྩི་སྲིད་འདིའི། །ཞེས་པ་  
 ནས། རྣམ་པ་ཉི་ཤུ་བདུན་དུ་བཞེད། །ཅེས་པའི་བར་གྱིས་སྒྲུལ་སྒྲུ་འཕྲིན་ལས་  
 གྱི་སྒྲོ་ནས་རྒྱས་པར་བཤད་པར་བཞེད་པའི་བྱིད།

སྒྲོ་བ་དཔོན་སེངྒེ་བཟང་པོས་བཞེད་ཚུལ་ཡོད་དེ། ལུས་རྣམ་གཞག་གི་  
 རོ་བོ་ཉིད་ཅེས་པས་རོ་བོ་ཉིད་སྒྲུ་གཙོ་བོར་བསྟན། ལོངས་རྩོགས་བཅས་  
 དང་། ཞེས་པས་ལོངས་སྒྲུ་གཙོ་བོར་བསྟན། དེ་བཞིན་གཞན་པ་སྒྲུལ་པ་  
 རི། །ཞེས་པས་སྒྲུལ་སྒྲུ་གཙོ་བོར་བསྟན། ཆོས་སྒྲུ་མཛད་པ་དང་བཅས་  
 པ། །ཞེས་པས་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྒྲུ་མཛད་པ་དང་བཅས་པ་གཙོ་བོར་བསྟན།  
 ཆོག་དོན་ཡན་ལག་རྒྱས་བཤད་ཀྱི། ཕྱབ་པའི་རོ་བོ་ཉིད་སྒྲུ་རི། །ཞེས་སོགས་  
 གྱིས། རོ་བོ་ཉིད་སྒྲུ་གཙོ་བོར་བསྟན། བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་པ་མཐུན་ཆད་མེད་  
 དང་། །ཞེས་སོགས་གྱིས་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྒྲུ་རྒྱས་པར་བཤད་པར་བཞེད་པའི་  
 བྱིད། ལྷག་མ་འཆད་ཚུལ་ནི་འཕགས་བསྟོན་སྡེ་དང་མཐུན་ནོ། །གཉིས་པ་  
 སྒྲུའི་གངས་ངེས་ལ། སྒྲོ་བ་དཔོན་འཕགས་པ་གྲོལ་སྡེའི་རྩེ་སྤུ་འབྲང་བ་  
 བཙུན་པ་གྲོལ་སྡེ། །ལྷོ་པ། །ཨ་བྱུ་ཡ། རིན་ཆེན་གྲགས་པ་སོགས་རྒྱ་གར་བ་

ཁ་ཅིག་དང་། བོད་ཁ་ཅིག་གིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་ལ་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱུ། མོངས་སྐྱུ། སྐུ་ལ་སྐུ་གསུམ་ཁོ་ནར་གངས་ངེས་པར་བཞེད་ལ། སློབ་དཔོན་གྱིས་སྐུ་བཞིའི་གངས་ངེས་མཛད་ཅིང་། དེ་ལ་ལྷ་ནི་ཏ་པ་སོགས་གྱིས་དགག་པ་བྱེད་ཀྱང་། རྗེ་ཡབ་སྐས་གྱིས་སློབ་དཔོན་གྱིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་ལ་སྐུ་གསུམ་དང་བཞི་གང་དུ་གངས་ངེས་བྱས་ཀྱང་མི་འགལ་བར་བཞེད་པས། སློབ་དཔོན་གྱི་ལུགས་དེ་རང་ལུགས་སུ་མཛད་དོ། །

སློབ་དཔོན་འཕགས་པའི་ལུགས་དེ་ལ། བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་མཐུན་ཆོད་མེད་དང་། །ཞེས་སོགས་གྱིས་ངོ་བོ་ཉིད་སྐུ་རྒྱས་པར་འཆད་མི་རིགས་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་འཆད་ན་མཐུག་ཏུ། ཆོས་ཉིད་སྐུ་ཞེས་བཟོད་པ་ཡིན། ། ཞེས་འབྱུང་རིགས་པ་ལས་དེ་ལྟར་མི་འབྱུང་བར། ཆོས་ཀྱི་སྐུ་ཞེས་བཟོད་པ་ཡིན། །ཞེས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། སྦྱོན་མེད་དེ། ལེགས་སྦྱར་གྱི་སྐད་ལ་རྒྱན་གྱི་ཆོག་སྦྱོར་བདེ་བའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་ཡིན་ཏེ། དེའི་སྐད་དུ་ཆོས་ཉིད་གྱིས་སྐུའི་སྐད་དོད་ལ་རྩ་མ་ཏུ་ཀླ་ཡ་ཞེས་འབྱུང་དགོས་པ་ལས་སྐབས་འདི་ཉིད་ཀྱི་རྒྱན་ཏུ་ཕྱིས་ཏེ་རྩ་མ་ཏུ་ཀླ་ཡ་ཞེས་འབྱུང་བ་དེ་བོད་སྐད་དུ་ཆོས་ཀྱི་སྐུ་ཞེས་བཟོད་པ་ཡིན་ཞེས་པར་བསྒྱུར་བའི་ཕྱིར། གོང་ས་ལྷ་པ་ཆེན་པོའི་བཞེད་པ་ལྟར་ན། སྤྱི་སྐྱེ་ཏའི་སྐད་དོད་དེ་ཡང་སྤེལ་སྦྱོར་མ་འབྲིག་པའི་དབང་གིས་མིན་ནོ། །

སྟོབ་དཔོན་སེའླེ་བཟང་པོའི་ལུགས་དེ་ལ།      ཆོས་སྐྱ་མཛད་པ་དང་  
 བཅས་པ། །ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱའི་ལུས་ ༡༡། །རྣམ་  
 གཞག་དེ་གཞུང་མ་ཡིན་པར་ཐལ།    དེ་ལུས་བསྟན་བཞད་སྐྱོར་བའི་གཞུང་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། སྐྱོན་མེད་དེ། གཞུང་དེ་ལུས་བསྟན་བཞད་སྐྱོར་བའི་  
 གཞུང་དང་། ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱའི་ལུས་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་གཞུང་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། དེ་ལ་ཁོ་ན་དེ། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ཆོག་དོན་ཡན་ལག་རྒྱས་  
 བཞད་ཀྱི་གོ་རིམ་དང་མི་མཐུན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། སྐྱོན་མེད་དེ། ཡེ་ཤེས་  
 ཆོས་སྐྱ་ཉིད་མཛད་པ་འཕྲིན་ལས་དང་ལྟན་ཅིག་སྐྱར་བའི་ཆེད་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། དེ་ལྟར་སྐྱར་བ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ།    སངས་རྒྱས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་  
 རྣམས་རང་རྒྱ་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱའི་བདག་རྒྱུན་ལས་བྱང་བར་ཤེས་པའི་ཆེད་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྐྱ་ལྷག་མ་གསུམ་པོ་དེ་མོས་པ་རབ་འབྲིང་ཐ་མ་གསུམ་ཀྱི་  
 སྟོན་ཡུལ་དུ་འགྱུར་ཚུལ་ཡོད་དེ།    ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱ་དེ་མོས་པ་རབ་སངས་  
 རྒྱས་ནང་པན་ཚུན་ཀྱི་མདོན་སུམ་ཀྱི་སྟོན་ཡུལ་དང་།    འོངས་སྟོན་དེ་མོས་  
 པ་འབྲིང་བྱང་འཕགས་ཡན་ཆད་ཀྱི་མདོན་སུམ་ཀྱི་སྟོན་ཡུལ་དང་།    མཆོག་  
 གི་སྐྱར་ལ་སྐྱ་དེ།      མོས་པ་ཐ་མ་སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་ལས་དག་ཡན་ཆད་ཀྱི་མདོན་  
 སུམ་ཀྱི་སྟོན་ཡུལ་དུ་གྱུར་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

༥ ཟག་བཅས་གནས་གྱུར་པའི་ཟག་མེད་དུ་གྱུར་པའི་ཡེ་ཤེས་མཐར་



ཐུག་དེ། ཡེ་ཤེས་ཚས་སྐྱའི་མཚན་ཉིད། དེ་ལ་དེར་གྱུར་བའི་བྱང་སྤྱོད་གས་སོ་  
 བདུན་གྱི་སྡེ་ཚན་ནས་མཁྱེན་གསུམ་གྱི་སྡེ་ཚན་གྱི་བར་ཉེར་གཅིག་ཡོད།  
 སངས་རྒྱས་གྱི་སའི་བྲག་མེད་ཡེ་ཤེས་སྡེ་ཚན་ཉེར་གཅིག་པོ་དེ། རང་གི་  
 ཚས་ཉིད་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་ལས་ལོགས་སུ་འབྲས་བུ་ཚས་སྐྱེ་མཚན་བྱེད་གྱི་  
 སངས་རྒྱས་གྱི་སྐྱུར་བསྟན་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། ཡེ་ཤེས་ཚས་སྐྱེ་  
 གཟུགས་སྐྱེ་བྱི་མ་གཉིས་གྱི་སྒྲིང་བ་བསྐྱེད་པ་སོགས་ཤེས་པའི་དགོས་པ་  
 ཡོད་པའི་བྱིར།

༥ གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྒྲོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་ན་རེ། སློབ་དཔོན་འཕགས་པ་  
 གྲོལ་སྡེས་སངས་རྒྱས་གྱི་སའི་བྲག་མེད་ཡེ་ཤེས་སྡེ་ཚན་ཉེར་གཅིག་པོ་དེ་  
 ཡེ་ཤེས་ཚས་སྐྱུར་མི་བཞེད་པར་ཐལ། དེས་སངས་རྒྱས་གྱི་སྐྱེ་ལ་ངོ་བོ་ཉིད་  
 སྐྱེ་ལོངས་སྐྱེ་སྐྱེ་ལ་སྐྱེ་གསུམ་ཁོ་ནར་གྲངས་ངེས་པར་བཞེད་པའི་བྱིར། དེར་  
 ཐལ། དེའི་རྗེས་འབྲང་བཙུན་པ་གྲོལ་སྡེ། ལྷནྱེ་པ། ཨ་ཁྱུ་ཡ་སོགས་ཁ་ཅིག་  
 གིས་དེ་ལྟར་བཞེད་པའི་བྱིར། ཟེར་ན་མ་ཁྲལ། ཁ་ཅིག་སློབ་དཔོན་རྣམ་པ་  
 གཉིས་གྱིས་སྐབས་བརྒྱད་པའི་བསྟན་བྱའི་སྐྱའི་གྲངས་ངེས་དང་། ཐུབ་པའི་  
 ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་ནི། །ཞེས་སོགས་དང་། བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་གས་མཐུན་ཚད་མེད་  
 དང་། །ཞེས་སོགས་གྱི་གཞུང་གཉིས་མདོར་བསྟན་རྒྱས་བཤུད་དུ་བཞེད་  
 ཆུ་ལ་མཐུན་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། དེ་མི་མཐུན་

པར་ཐལ། སློབ་དཔོན་གྱིས་འགྲེལ་བ་འདིར་འཕགས་པའི་བཞེད་པ་དེ་འགོག་  
 པར་མཛད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། འགྲེལ་བ་ལས། གཞན་དག་ནི། ཞེས་པ་  
 ནས། རི་ལྟར་བསྐྱས་ཞེས་ཟེར་རོ། །ཞེས་པའི་བར་གྱིས་དེ་འགོག་པའི་ཚུལ་  
 བསྟན་ནས། གཞན་དག་ན་རེ་དགོས་པ་ཉི་བར་བསྟན་པའི་ཤུགས་གྱིས་ཆིག་  
 ལེའུར་བྱས་པ། ཞེས་སོགས་གྱིས་རང་ལུགས་ཀྱི་བཞེད་པ་བསྟན་པའི་ཕྱིར།  
 ཟེར་ན། སྒྱུན་མེད་དེ། དེ་ནི་འཕགས་པའི་འགྲེལ་བ་ཉི་ཁྱི་སྤང་བའི་སྐབས་  
 འདིར་འཆད་ཚུལ་བསྟན་པ་ཡིན་གྱི། འཕགས་པའི་བཞེད་པ་འགོག་པ་མ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཉི་ཁྱི་སྤང་བའི་བཤད་ཚུལ་དེ་ཁོ་ནར་མ་ངེས་པར་  
 འདི་ལྟར་འཆད་ཚུལ་ཀྱང་ཡོད་ཅེས་བསྟན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཉི་  
 ཁྱི་སྤང་བའི་འཆད་ཚུལ་དང་། འགྲེལ་བ་དོན་གསལ་གྱི་འཆད་ཚུལ་གཉིས་ཀ་  
 མངོན་ཏྲོགས་སྒྲུབ་ཀྱི་དགོངས་པར་མི་འགལ་བའི་ཕྱིར་དེར་ཐལ། ཆིག་  
 གཅིག་དོན་དུ་མ་ལ་འབྲུག་པའི་གཞུང་མང་དུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཉི། དེ་ལྟ་མ་  
 ཡིན་པར་ཁ་ཅིག་གི་འདོད་པ་ལྟར་བྱས་ན་སྐབས་འདིར་འཕགས་པ་ཞོར་  
 བའམ། ཡང་ན་སློབ་དཔོན་འབྲུལ་པ་གང་རུང་དུ་འགྱུར་དགོས་ན་དེ་ནི་འདོད་  
 མི་རིགས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སློབ་དཔོན་འཕགས་པས། ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྒྲུ་  
 རྣམས་ངོ་བོ་ཉིད་སྒྲུས་བསྐྱས་པར་བཞེད་པར་ཐལ། དེ་སྒྲུ་གསུམ་གང་རུང་  
 གིས་བསྐྱས། འོངས་སྒྲུ་དང་སྒྲུལ་སྒྲུ་གང་གིས་ཀྱང་མ་བསྐྱས་པའི་ཕྱིར། དང་

པོ་དེར་ཐལ། རྩོགས་མེད་ཀྱིས་དེ་སྐྱེ་གསུམ་གང་རུང་གིས་བསྐྱུས་པར་  
བཞེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྩེ་བཙུན་བྱམས་པས་དེ་ལྟར་བཞེད་པའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས། སྐྱེ་གསུམ་དག་གིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི། སྐྱེ་  
བསྐྱུས་པར་ནི་ཤེས་བྱ་སྟེ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། སྐྱོན་མེད་དེ།  
དེ་ནི་ཆོས་ལོངས་སྤྱུལ་སྐྱེ་གསུམ་པོ་གང་རུང་གིས་བསྐྱུས་པ་ལ་དགོངས་  
པའི་ཕྱིར། ཁོ་ན་རེ། དེ་དེས་བསྐྱུས་པར་ཐལ། དེ་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེས་ཆོས་ཅན་གྱི་  
ཚུལ་གྱིས་བསྐྱུ་བའི་ཕྱིར་ན་མ་ཁྲབ་པོ། །འདོད་མི་བྱས་ཏེ། འདུས་བྱས་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སྟོབ་དཔོན་འཕགས་པས་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་ལོངས་སྤྱུལ་སྐྱེ་  
གསུམ་ཁོ་ནར་གངས་ངེས་པར་བཞེད་པར་ཐལ། འབྲེལ་པ་འདིར་འཕགས་  
པའི་བཞེད་པ་སྐྱོར་བའི་ཆོ། སྐྱེ་གསུམ་ཁོ་ནའོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །ཞེས་གསུངས་  
པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། སྐྱོན་མེད་དེ། དེ་ནི་དེ་གསུམ་གཙོ་བོར་བསྟན་པར་བཞེད་  
པ་ལ་དགོངས་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་བྱས་ཏེ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐྱེ་ལ་བཞི་དང་  
ལྷུར་ཡང་དབྱེ་རིགས་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་དེར་ཐལ། མཆོན་བརྗོད་ལས། སངས་  
རྒྱས་སྐྱེ་ལྗེ་བདག་ཉིད་ཅན། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་སྐྱེ་ལ་ངོ་བོ་ཉིད་སོགས་སྐྱེ་བཞིར་གངས་ངེས་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ།  
ལོངས་སྤྱིའི་མཆོན་དཔེ་རྣམས་དེ་བཞི་པོ་གང་རུང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན་  
མ་ཁྲབ། འོ་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐྱེ་ལ་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་སོགས་གསུམ་དུ་གངས་

མ་ངོས་པར་ཐལ། ཡེ་ཤེས་ཚས་སྐྱ་དེ་བཞི་པོ་གང་རུང་མ་ཡིན་པའི་བྱིར།  
 གལ་ཏེ་དེ་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱ་ཡིན་ནོ་ཟེར་ན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱ་དེ་  
 དག་པ་གཉིས་ལྡན་གྱི་ཚས་ཉིད་ཀྱི་སྐྱ་ཞིག་ལ་འདྲི་བའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ ཡེ་  
 ཤེས་ཚས་སྐྱ་དེ། ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱ་ས་བསྐྱས་པར་ཐལ། དེ་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱ་དང་ངོ་བོ་  
 གཅིག་ཡིན་པའི་བྱིར་ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། འོ་ན། གུན་རྩོལ་དོན་དམ་གྱིས་བསྐྱས་  
 པར་ཐལ། དེ་གཉིས་ངོ་བོ་གཅིག་པའི་བྱིར། ཁྲབ་པ་ཁས། འདོད་ན། ཏ་ཅང་  
 ཐལ་ལོ། །ཁ་ཅིག་ ཡེ་ཤེས་ཚས་སྐྱ་དང་སྒོ་བྱར་རྣམ་དག་གི་ཆར་གྱུར་པའི་ངོ་  
 བོ་ཉིད་སྐྱ་གཉིས་སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཁོ་ནའི་མངོན་སུམ་གྱི་སྒྲོད་ཡུལ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སེམས་ཅན་མེད་པའི་  
 བྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེ་གཉིས་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་  
 པའི་སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་མིན་པ་ཡོད་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ མ་ཁྲབ་ཟེར། མ་  
 གྲུབ་ན་དེར་ཐལ། དེ་གཉིས་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་རྣམ་མཁྲེན་ཡོད་པའི་  
 བྱིར། ཁོ་ན་རེ། དེ་གཉིས་སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཁོ་ནའི་མངོན་སུམ་གྱི་  
 སྒྲོད་ཡུལ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཁས་སྒྲངས་པའི་ཆེ་ཁོ་ནའི་སྐྱས་དེ་མངོན་  
 སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སེམས་ཅན་ཡོད་པར་གཅོད་ཀྱི། གཞན་མི་གཅོད་པའི་  
 བྱིར། ཟེར་ན། ཡང་ན་དེ་བཞིན་དུ་བྱུང་། །ཁ་ཅིག་ འོངས་སྐྱ་དང་མཆོག་གི་  
 སྐྱལ་སྐྱ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ལས་མ་དག་པའི་སྐྱེ་བོ་མེད་པར་ཐལ།

དང་པོ་མངོན་སུམ་མཐོང་བའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། འཕགས་པ་ཡིན་པས་བྱུང་  
 ཕྱི་མ་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བའི་སོ་སྤྱི་ཡིན་ན། ལས་དག་པའི་གང་ཟག་ཡིན་  
 དགོས་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་རྟོགས་པའི་ལས་མ་  
 དག་པའི་སོ་སྤྱི་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་བྱུང་། ཉགས་དེར་ཐལ། མོངས་སྤྱི་  
 ལྷང་ལ་བརྟེན་ནས་རྟོགས་པའི་ལས་མ་དག་པའི་སོ་སོ་སྤྱི་བོ་དང་། མཆོག་  
 གི་སྤྱལ་སྤྱིའི་འཁོར་དུ་གྱུར་པའི་ལས་མ་དག་པའི་སེམས་ཅན་དུ་མས་དེ་  
 མཐོང་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། མདོ་ལས། གང་དག་ང་ལ་  
 གཟུགས་སུ་མཐོང་། །ཞེས་སོགས་དང་། གཞན་ཡང་ལྷང་དུ་མས་འབྱུང་བའི་  
 ཕྱིར། བྱུང་སྤྱི་ གང་དག་ང་ལ་གཟུགས་སུ་མཐོང་། །ཞེས་པའི་རྟོག་པ་གསུམ་  
 གྱིས་བདེན་འཛིན་གྱིས་བཅེངས་བཞིན་དུ་གཟུགས་སྤྱི་མཐོང་བའི་ལས་མ་  
 དག་པའི་སེམས་ཅན་ཡོད་པར་བསྟན་ནས། གང་ཟག་དེས་གཟུགས་སྤྱིའི་  
 ཆོས་ཉིད་མ་མཐོང་བའི་ཚུལ་རྟོག་པ་ཕྱི་མས་འཆད་པའི་ཕྱིར། གོང་གི་ཕྱི་མ་  
 དེར་ཐལ། ལྷང་ལས་བདུད་སོགས་གྱིས་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་མཐོང་བར་  
 བཤད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་སྡེ་ཆེན་ཉེར་གཅིག་པོ་དེ་ཡེ་  
 ཤེས་ཆོས་སྤྱི་ཡིན་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའི་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་སྡེ་ཆེན་  
 ཉེར་གཅིག་པོ་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྤྱི་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་བྱུང་། འདོད་ན།  
 ཟག་མེད་བྱང་སྤྱོད་སོ་བདུན་གྱི་སྡེ་ཆེན་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྤྱི་ཡིན་པར་ཐལ།



འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་ལུས་ཏེ། དེ་རྒྱུད་ལ་ལྡན་པའི་ཐེག་དམན་དག་  
བཅོམ་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་རྒྱུད་ལ་ལྡན་པའི་ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་  
པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་སྤྱོད་གས་སོ་བདུན་རྒྱུད་ལ་ལྡན་པའི་དེ་ཡོད་  
པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་བྱང་སྤྱོད་གས་སོ་  
བདུན་པོ་དེ་ཉན་ཐོས་དང་ཐུན་མོང་བའི་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཅུ་བར། ལུས་ཅུ་བདུན་དང་། ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

### བཅད་པར།

༥ འགྲེལ་པ་ལས། ས་དང་། ལུ་དང་། མེ་དང་། ལྷ་དང་། ཞེས་སོགས་  
ཀྱི་སྐྱབས་སུ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་ཅིག་རང་གི་  
སེམས་རྟེན་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་དང་གཟུགས་མེད་ཀྱི་དངོས་གཞི་  
གང་རུང་ལ་བརྟེན་ནས་གཟུགས་ཅན་གྱི་གོ་ས་ཐམས་ཅད་ས་སོགས་ཡུལ་  
བཅུ་པོས་བྱུང་པར་སྒྲུབ་པའི་རང་གི་སྤྱོད་ཀྱི་ཉིང་འཛིན་ཤེས་རབ་མཚུངས་  
ལྡན་དན་བཅས་པའི་རིག་པ་དེ། བཅད་པར་གྱི་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན།  
སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་བཅད་པར་གྱི་སྐྱེ་མཆེད་ཆོས་ཅན། མཆོན་  
ཉིད་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་ཕྱིར། དེ་ཡོད་  
པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ལ་བཅད་པར་གྱི་སྐྱེ་  
མཆེད་བཅུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཅུ་བར། བཅད་པར་བཅུ་ཡི་བདག་ཉིད་

དང་། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། འདོད་ན། གཟུགས་ཅན་གྱི་གོ་ས་ཐམས་  
ཅད་ས་སོགས་ཡུལ་བཅུ་པོས་བྲབ་པར་ཐལ། འདོད་པ་གང་ཞིག །སངས་  
རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ལ་སྤང་ཡུལ་ལ་འབྱུང་བའི་ཞེས་པ་མེད་པའི་བྱིར།  
འདོད་ན། རྩེ་གོ་སར་ཡང་སས་བྲབ་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་  
རྒྱས་ཏེ། ས་རྩ་གཉིས་པོ་དེ་པན་ཚུན་གོ་ས་འགོག་རྒྱས་ཀྱི་གཟུགས་ཅན་གྱི་  
དངོས་པོ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ཟད་པར་གྱི་སྐྱེ་མཆེད་ཡིན་ན། ཉིང་འཛིན་  
ཡིན་པས་བྲབ་ཟེར་ན། ཟད་པར་གྱི་སྐྱེ་མཆེད་དུ་གྱུར་པའི་གཙུག་སེམས་ཆོས་  
ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་  
པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། རྩན་པ་ཉིང་གཞག་ཏུ་གྱུར་པའི་གཙུག་སེམས་ཡོད་པ་  
གང་ཞིག །རིགས་པ་མཚུངས་པའི་བྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། མཛོད་ལས།  
གཙུག་སེམས་སྤྱི་བ་དེ་དག་ནི། །སྤྱོད་བྱུང་ཡོན་ཏན་ཀྱང་གྱུར་ཡིན། །ཞེས་  
གསུངས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ཟད་པར་སའི་སྐྱེ་མཆེད་ཡིན་ན། གཟུགས་ཅན་  
མཐའ་དག་ལ་སས་བྲབ་པར་སྤྱོད་རྒྱས་པའི་རིག་པ་ཡིན་པས་བྲབ་ཟེར་ན།  
ཉན་ཐོས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཟད་པར་སའི་སྐྱེ་མཆེད་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ།  
དེའི་བྱིར། འདོད་ན། དེས་རྩ་དང་མེ་སོགས་ལ་ཡང་སས་བྲབ་པར་སྤྱོད་རྒྱས་  
པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་ན་སྤྱོད། །ཁ་ཅིག་ཟད་པར་སྤྱོད་པོའི་སྐྱེ་  
མཆེད་ཡིན་ན། རང་ཡུལ་མཐའ་དག་ལ་སྤྱོད་པོས་བྲབ་པར་སྤྱོད་པའི་རིག་པ་

ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཟད་པར་སྡོན་པོའི་  
 སྐྱེ་མཆེད་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་བྱིར།  
 དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་སྡོན་པོ་ཡོད་  
 པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་ནག་པོ་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ།  
 དེ་ན་དབུ་སྐྱ་བུང་བ་ལྟར་ནག་ཡོད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། དེས་རང་གི་ཡུལ་  
 མཐའ་དག་ལ་སྡོན་པོས་ཁྱབ་པར་སྐྱོ་བར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་ན།  
 དེས་ཤེས་བྱ་མཐའ་དག་ལ་སྡོན་པོས་ཁྱབ་པར་སྐྱོ་བར་ཐལ། འདོད་པ་གང་  
 ཞིག །ཤེས་བྱ་མཐའ་དག་དེའི་ཡུལ་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་སོ། །ཁ་  
 ཅིག སྐྱོབ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཟད་པར་བྱི་སྐྱེ་མཆེད་ཡིན་ན། འབྲུལ་ཤེས་ཡིན་པས་  
 མ་ཁྱབ་ཟེར་ན། ཁ་ཅིག དེ་ཁྱབ་པར་ཐལ། བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་  
 ཟད་པར་སའི་སྐྱེ་མཆེད་དེ་འབྲུལ་ཤེས་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་སྤང་  
 ཡུལ་ལ་འབྲུལ་བའི་རིག་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་གཟུགས་ཅན་གྱི་  
 དངོས་འགའ་ཞིག་ལ་དོན་དུ་སས་མ་ཁྱབ་ཀྱང་སས་ཁྱབ་པར་སྤང་བའི་ཤེས་  
 པ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཟད་པར་སའི་སྐྱེ་མཆེད་དུ་འཛོག་པའི་རྒྱ་  
 མཚན་ཡང་དག་ཡོད་པའི་བྱིར་ཟེར། ཁ་ཅིག སྐྱོབ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཟད་པ་གྱི་སྐྱེ་  
 མཆེད་ལ་ལོག་ཤེས་ཡིན་པ་ཡོད་ཟེར་ན། དེ་མེད་པར་ཐལ། ཟད་པར་གྱི་སྐྱེ་  
 མཆེད་ཡིན་ན། ཤེས་པ་དོན་མཐུན་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག སྐྱོབ་པའི་

རྒྱུད་ཀྱི་ཟད་པར་སའི་སྤྱི་མཆེད་ལ་སྤྲང་བའི་ས་མཚན་ཉིད་བ་མེད་ཟེར་ན།  
དེ་ཡོད་པར་ཐལ། བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཟད་པར་སའི་སྤྱི་མཆེད་  
ཀྱི་དམིགས་ཉེན་དུ་གྱུར་པའི་ས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་སའི་སྤྱི་  
མཆེད་ལ་དམིགས་ནས་གཟུགས་ཅན་གཞན་འགའ་ཞིག་ལ་སས་བྱབ་པར་  
སྤྲང་བར་སློབ་ཀྱིས་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། བྱང་སེམས་  
འཕགས་པས་གཟུགས་ཅན་འགའ་ཞིག་སློན་པོ་མིན་པ་ལ་སློན་པོར་མོས་  
པར་བྱས་ཏེ་བསྐྱོམས་པས་གོམས་པ་མཐར་ཐུབ་པའི་ཆེ་སློན་པོར་བསྐྱུར་  
ཀྱིས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སའི་དངོས་གཞི་ལས། དེ་ལྟ་དེ་ལྟར་མོས་  
པ་དང་ངེ་སྤིད་ཀྱི་པར་དུ་ཡོངས་སུ་བསྐྱུར་བ་དེ་ཁོ་ན་བཞིན་དུ་དེར་འགྱུར་  
ཏེ་ས་ལ་སོགས་སྤྱི་དེ་དག་གིས་ཀྱང་བྱ་བ་བྱེད་ཀྱིས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་  
ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་ལྷགས་ལ། རང་གི་སེམས་ཉེན་རྣམས་ཐར་དང་ཟེལ་  
གཞོན་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་བསམ་གཏན་ཀྱི་དངོས་གཞི་དང་  
གཟུགས་མེད་ཀྱི་དངོས་གཞི་གང་རུང་ལ་བཞེན་ནས་གཟུགས་ཅན་ཀྱི་གོ་  
སར་ས་སོགས་ལྷལ་བུ་པོ་གང་ཡང་རུང་བས་ངེ་ལྟར་འདོད་འདོད་དུ་བྱབ་  
པར་སློབ་པར་བྱེད་ཀྱིས་པའི་རང་གི་གོགས་ཏིང་འཛིན་ཤེས་རབ་མཚུངས་  
ལྡན་དང་བཅས་ཤིང་ཟེལ་གཞོན་དག་བྱེད་ཀྱི་རིག་པ་དེ། ཟད་པར་ཀྱི་སྤྱི་

མཆེད་ཀྱི་མཚན་ཉིད། དབྱེན་བཙུ་ཡོད་དེ། ཟམ་པར་སའི་སྐྱེ་མཆེད་དང་།  
 དེ་བཞིན་དུ་ཆུ་དང་། མེ་དང་། རླུང་དང་། སྒོན་པོ་དང་སེར་པོ་དང་དམར་པོ་  
 དང་དཀར་པོ་དང་ནམ་མཁའ་དང་། ཟད་པར་ནམ་ཤེས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་དང་  
 བཙུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཟད་པར་ཀྱི་སེམས་བརྟེན་ནི། ཉི་མེ་སྒྲུང་བར་བསམ་  
 གཏན་བཞི་པ་ལ་བརྟེན་པར་བཤད་ལ། མཛོད་ལས། དང་པོ་བརྒྱད་པོ་བསམ་  
 གཏན་བཞི་པ་དང་། ཟད་པར་ཕྱི་མ་གཉིས་ནི་རིམ་པ་བཞིན་དུ་གཟུགས་མེད་  
 དང་པོ་གཉིས་ལ་བརྟེན་པར་བཤད་དེ། དེ་ཉིད་ལས། བསམ་གཏན་མཐའ་ན་  
 སྒྲོད་ཡུལ་ནི། །འདོད་པའོ་གཉིས་ནི་གཟུགས་མེད་དག། ཅེས་གསུངས་པའི་  
 ཕྱིར། ཟད་པར་ཀྱི་ཉིང་འཛིན་གསར་དུ་སྒྲུབ་པའི་དམིགས་པ་དགྲུ་ཡོད་དེ།  
 ཆུ་དངས་ཤིང་ངི་མ་མེད་པ་དང་། འོག་ཏུ་ཤིང་སྟེང་དུ་དུ་བ་བར་དུ་མེ་འབར་  
 བ་དང་། ལུས་ཀྱི་ཆ་གང་དུ་རླུང་གིས་རེག་པ་དང་། ར་བོ་ཆེད་མཐེལ་སྒྲར་  
 བརྒྱང་བའི་རས་སྒོན་པོ་དང་། དེ་སེར་པོ་དང་། དམར་པོ་དང་། དཀར་པོ་  
 དང་། དུམ་ནང་གི་མར་མའི་འོད་ཅིག་པ་ལ་ཕོག་པའི་སྒྲུང་བ་ལྟ་བུ་དང་།  
 གནས་ཁང་གི་བྱག་པ་ནམ་མཁའ་ནམས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་ཟད་པར་ཆུད་སྐྱེ་  
 མཆེད་སོགས་ཀྱི་དམིགས་རྟེན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟད་པར་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་  
 བསྐྱོམས་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། གཅིག་ཏུ་སྒྲུལ་ཞིང་མང་པོར་བསྒྲུར་བ་  
 དང་། ས་ལ་ཆུ་བཞིན་དུ་འཇུ་ལ་བ་དང་། ཆུ་སྟེང་ས་བཞིན་དུ་འགོ་བ་དང་། རི་



སོགས་སྤྱུལ་བ་དང་། ལུ་སྤྱུལ་ཏེ་ཆར་འབབས་བ་དང་། སྤྱིང་ཁ་སོགས་ནས་  
མེ་འབྱེན་བ་དང་། ལྷུང་ལྷུང་འགྲོ་བ་དང་། གཟུགས་སྒོ་སེར་སོགས་སྤྱུལ་  
པར་བྱེད་བ་སོགས་ཏིང་འཛིན་ཅུལ་བྱང་བའི་དགོས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
འདིར་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་ལ་དམིགས་པའི་བྱང་པར་བཤད་ནས་དབང་པོ་  
ལྷ་དང་སྤྱུལ་བྱང་པར་མི་འཛོག་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། དབང་པོ་ལྷ་ནི་སྤྱོད་  
ཀྱི་འཛོག་ཏེན་ལ་སྤྱོད་མི་རུས་པའི་ཕྱིར་དང་། སྤྱུལ་རིགས་འདྲའི་རྒྱན་མེད་  
པའི་ཕྱིར། རྒྱ་མཚན་དེ་ལྷུང་ཡིན་ཏེ། བྱང་པར་ཀྱི་དམིགས་པའི་གཙུག་པོ་ལ་  
བྱང་པར་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱིས་དམིགས་པ་དེ་བྱང་བྱང་ཀྱི་པར་དུ་སྤྱོད་རུས་པའི་  
རིགས་ཅན་ཞིག་དགོས་ལ་དེ་དག་ལ་དེ་ལྷུང་མི་རུས་པའི་ཕྱིར་རོ།

༥ གསུམ་པ་ཅོད་པ་སྤྱོད་བཤུགས། ཁ་ཅིག བྱང་པར་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་ཡིན་  
ན། ལོག་ཤེས་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། རྣམ་འབྲེལ་ལས། བྱང་པར་མི་གཙང་  
ལ་སོགས། །ཡང་དག མིན་པ་ལྟ་བུར་ནི། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན།  
མ་ཁྲལ། འདོད་མི་རུས་ཏེ། བྱང་པར་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་དུ་གྱུར་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡོད་  
པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག བྱང་པར་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་ཡིན་ན། ཏིང་འཛིན་ཡིན་དགོས་  
པར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། སེམས་བྱུང་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡིན་  
ན། སེམས་པ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། མ་ཆགས་པའི་  
སེམས་པ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱང་པར་དང་པོ་བརྒྱད་པོ་གང་

རུང་ཡིན་ན། དེ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མཛོད་ལས། ཟད་པར་  
བཅུ་ལྟོ་བརྒྱད་མ་ཆགས། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། ཁ་ཅིག  
ཟད་པར་གྱི་སྒྲེ་མཆེད་ཡིན་ན། རྟོག་པ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། སྒྲོབ་པའི་རྒྱད་  
ཀྱི་ཟད་པར་གྱི་སྒྲེ་མཆེད་ཡིན་ན། རྟོག་པ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
དེ་ཡིན་ན། རང་གི་གསལ་སྤང་ལ་འབྲུལ་པའི་ཤེས་པ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར།  
ཟེར་ན། དེ་ཞིག་མ་ཁྲབ། ཁ་ཅིག སངས་རྒྱས་འཕགས་པས་གསེར་དུ་སྒྲུལ་  
པའི་གསེར་དེ་གསེར་མཚན་ཉིད་པ་ཡིན་པར་ཐལ། དེས་ཟད་པར་གྱི་སྒྲེ་  
མཆེད་ལ་བརྟེན་ནས་ས་རྩོལ་པ་གསེར་དུ་སྒྲུལ་བྱས་པ་གང་ཞིག །དེ་ལྟར་  
སྒྲུལ་པའི་གསེར་མཚན་ཉིད་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཅ་མ་ཁྲབ། འདོད་མི་བྱས་ཏེ།  
སངས་རྒྱས་འཕགས་པས་སྒྲོག་ལྡན་གསེར་དུ་སྒྲུལ་པ་དེ་གསེར་མ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར།

### ཟིལ་གཞོན།

འགྲེལ་པ་ལས། རང་ག་ཟུགས་དང་ག་ཟུགས་མེད་པར་འདུ་ཤེས་པ་  
དག་གིས་སོ་སོར་ཆུང་དུ་དང་ཆེན་པོའི་རྣམ་པ་དང་། ཅེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་  
སྤྱི་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ་ཁ་ཅིག རང་གི་སེམས་རྟེན་  
བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་ཁ་དོག་དང་དབྱིབས་གང་རུང་  
རི་ལྟར་འདོད་འདོད་དུ་ཁྲབ་པར་སྒྲོ་བྱས་པའི་རང་གི་གྲོགས་ཏིང་དེ་འཛིན་

མཚུངས་ལྡན་དང་བཅས་པའི་རིག་པ། ཟེལ་གཞོན་གྱི་སྐྱེ་མཆེད་གྱི་མཚན་  
ཉིད་ཟེར་ན། ཟེལ་གཞོན་མ་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་གྱི་གཟུགས་ཅན་  
གཟུགས་ལ་ལྟ་བའི་རྣམ་ཐར་ཆོས་ཅན། མཚན་བྱ་དེར་ཐལ། མཚན་ཉིད་དེའི་  
སྤྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་སྤྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་ཅིག་རྣམ་ཐར་  
བད་པར་ཟེལ་གཞོན་གསུམ་པོ་རྒྱུད་ལྡན་གྱི་སྤྱི་རོལ་བ་ཡོད་ཟེར་ན། དེ་མི་  
འཐད་པར་ཐལ། དེ་གང་རུང་རྒྱུད་ལ་ལྡན་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། རང་བ་ཡིན་  
དགོས་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། རི་སྐད་དུ། རྣམ་ཐར་བད་པར་ཟེལ་གཞོན་  
རྣམས། །སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་ཁོ་ནའི་བྱང་ཆོས་ཡིན། །བསྟན་ལམ་ཁྱུགས་  
པ་ལ་འདི་དག་མེད། །ཅེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། ཁ་ཅིག་དེ་གསུམ་རྒྱུད་ལྡན་  
གྱི་ཐེག་དམན་པ་མེད་ཟེར་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། བད་པར་གྱི་སྐྱེ་མཆེད་རྒྱུད་  
ལ་ལྡན་པའི་ཉན་ཐོས་ཡོད་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། བད་པར་མེད་སྐྱེ་མཆེད་རྒྱུད་  
ལ་ལྡན་པའི་དེ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། དེར་སྟོམས་པར་འཇུག་པའི་ཉན་  
ཐོས་དག་བཅོམ་པ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། དང་སྟོང་ལྷུང་བ་རི་དྲགས་གྱི་  
ནགས་ཞེས་མིང་བཏགས་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་པའི་སྤྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། རྣམ་ཐར་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་གྱི་  
རང་གི་སེམས་ཉེན་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ལ་བཞེན་ནས་གཟུགས་  
ཅན་གྱི་གོ་སར་ཁ་དོག་དང་དཔྱིགས་སོགས་གང་ཡང་རུང་བས་རི་ལྟར་

འདོད་འདོད་དུ་བྱུང་བར་སྒྲོ་རྒྱས་ཤིང་རྣམ་ཐར་དག་བྱེད་ཀྱིས་རབ་དུ་བྱེ་  
 བའི་སྒྲོམས་འཇུག་དེ། ཟེལ་གཞོན་གྱི་སྒྲེ་མཆེད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་  
 བ། ཁ་དོག་ཟེལ་གཞོན་བཞི་དང་དབྱིབས་ཟེལ་གཞོན་བཞི་སྟེ་བརྒྱད་ཡོད།  
 རྣམ་ཐར་ཟད་པར་ཟེལ་གཞོན་གྱི་བྱུང་བར་ཡོད་དེ། རྣམ་ཐར་གྱི་རྩེས་སུ་ཟེལ་  
 གཞོན་གྱིས་དམིགས་པ་དེ་དང་དེ་སྒྲོ་བ་ལ་དབང་འབྱོར་བར་བྱེད། དེ་ནས་  
 ཟད་པར་གྱིས་དམིགས་པ་དེ་དང་དེ་རིམ་ལྔར་འདོད་འདོད་དུ་སྒྲོ་བ་ལ་དབང་  
 བསྐྱར་བའི་གོ་རིམ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་ཡིན་ཏེ། བྱམས་ལས། ཐོག་མ་ཁོ་  
 རར་ནི་རྣལ་འབྱོར་བ་མོས་པར་བྱེད་དོ། །དེའི་འོག་དུ་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་  
 ཏོ། །དེ་ནས་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པ་ལ་དབང་ཐོབ་ནས། དེའི་འོག་དུ་ཟད་པར་གྱི་  
 སྒྲེ་མཆེད་དེ་ཉིད་ལ་ཅི་དགར་འགྱུར་མོས་པར་བྱེད་དོ། །དེ་ལྟར་ན་དེ་དག་གི་  
 གོ་རིམ་གྱང་དེའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་དང་། རྣམ་བཤད་ལས་གྱང་།  
 རྣམ་ཐར་དང་ཟེལ་གཞོན་དང་ཟད་པར་དག་སྒྲེ་བའི་རྒྱ་ནི། སྒྲ་མ་སྒྲ་མ་ཡིན་  
 ལ། དག་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་ནི་ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་ཡིན་པས། ཞེས་གསུངས་པའི་  
 ཕྱིར། དེས་ན་མཁས་པའི་དབང་པོ་ཁ་ཅིག་ཟད་པར་སྒྲོན་དང་ཟེལ་གཞོན་  
 རྩེས་སུ་ཐོབ་པའི་གོ་རིམ་བཤད་པ་ནི་སྒྲར་གྱི་ལུང་དེ་གཉིས་ཀ་དང་འགལ་  
 བར་ཤེས་པར་བྱའོ། །འོ་ན། འདིར་ཟད་པར་སྒྲོན་དང་ཟེལ་གཞོན་དེའི་རྩེས་  
 སུ་བཤད་པ་དེ་ཅི་ཡིན་ཞེ་ན། སྒྲོན་མེད་དེ། དེ་ནི། ཅུ་བར། ཟད་པར་གྱི་རྩེས་

སྤྱི་ཐེལ་གཞོན་བཤའ་པའི་བཤའ་རིམ་དང་བསྟུན་པ་ཡིན་གྱི། ཐོབ་པའི་རིམ་  
པ་དང་བསྟུན་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

༥ གསུམ་པ་རྩོད་པ་སྒྲོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག ཐེལ་གཞོན་གྱི་སྡོན་དུ་བྱད་  
པར་ཐོབ་པའི་གོ་རིམ་ངེས་པར་ཐལ། རྣམ་ཐར་བྱད་པར་ཐེལ་གཞོན་གསུམ་  
པོ་དེ་སྤྲ་མ་སྤྲ་མ་ཕྱི་མ་ཕྱི་མའི་སྦྱེད་བྱེད་དང་། ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་སྤྲ་མ་སྤྲ་མའི་དག་  
བྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ལྟར་མཁས་པ་ཁ་ཅིག་བཞེད་པའི་ཕྱིར།  
ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། དེ་ནི་རྣམ་བཤའ་སོགས་དང་འགལ་བར་བསྐྱབས་ཟེན་  
པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག སྒྲོབ་པའི་རྒྱུད་ལ་གཟུགས་མེད་ཀྱི་དངོས་གཞི་དང་  
དབྱིབས་ཐེལ་གཞོན་གྱི་གཞི་མ་ཐུན་ཡོད་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་བསམ་  
གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་དང་དབྱིབས་ཐེལ་གཞོན་གྱི་གཞི་མ་ཐུན་ཡོད་པའི་  
ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་དབྱིབས་ཐེལ་གཞོན་  
ལ་གཟུགས་དངོས་ཡུལ་དུ་བྱེད་པ་ཞིག་དགོས་པ་གང་ཞིག །དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་  
གཟུགས་མེད་ཀྱི་དངོས་གཞི་ཡིན་ན། གཟུགས་དངོས་ཡུལ་དུ་བྱེད་པ་མ་  
ཡིན་པས་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར།

ཉོན་མེད་ཏིང་འཛིན་།

༥ གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤའ་པ་ལ་གཉིས། ཉོན་མོངས་མེད་པའི་ཏིང་  
ངེ་འཛིན་དང་། སྒྲོན་གནས་མཁྱེན་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ཏོ། །དང་པོ་ནི། ཉན་



ཐོས་ཉོན་མོངས་མེད་པའི་ལྷ་ཞེས་སོགས་རྒྱུ་པ་བཞེས་སྟོན་ཏེ། རོན་ནི།  
 འགྲེལ་བར། ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་མེད་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན།  
 ཞེས་པ་ནས། ཉོན་མོངས་པའི་རྒྱུ་རྐྱེད་མཛད་པ་ཡིན་ནི། །ཞེས་  
 པའི་བར་གསུངས། །ཆོག་དོན་ནི། རྒྱལ་བའི་དབང་པོའི་ཉོན་མོངས་མེད་པའི་  
 ཉིང་ངེ་འཛིན་ཆོས་ཅན། ཉན་རང་གི་ཉོན་མོངས་མེད་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལས་  
 བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པ་ཡིན་ཏེ། ཉན་ཐོས་སོགས་ཀྱི་ཉོན་མོངས་མེད་པའི་  
 ཉིང་ངེ་འཛིན་རང་ལ་ལྷ་བའི་མའི་ཉོན་མོངས་ཀྱི་དམིགས་རྒྱུ་སྐྱེད་པ་  
 ཡོངས་སུ་སྤོང་བ་ཅམ་ཉིད་ཡིན་ལ། བྱིད་ཀྱིས་རང་རྒྱུད་ལ་ལྷན་པའི་གང་  
 ཟག་གོང་བྱེད་སོགས་སུ་བྱོན་པ་ན་རང་རྒྱུད་ལྷན་ཀྱི་གང་ཟག་ལ་ལྷ་བའི་སྐྱེ་  
 བོ་དེའི་ཉོན་མོངས་རྣམས་རྒྱུ་གཙོད་རྒྱས་པའི་བྱེད་ལས་དང་ལྷན་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། འདིའི་སྐབས་སུ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། ཁ་  
 ཅིག སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་ཉོན་མོངས་མེད་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་དེས་  
 གཞན་རྒྱུད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་སྐྱེ་བ་མེད་ཟེར་ན། འོ་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་  
 ལ་དམིགས་པའི་ཉོན་མོངས་མེད་པར་ཐལ། བྱིད་ཀྱི་དམ་བཅའ་འཐད་པའི་  
 ཕྱིར། ཉགས་བྱུང་ཁས། འདོད་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་  
 པ་ལ་དམིགས་པའི་གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན།  
 སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཆོས་ཅན། བྱིད་ལ་དམིགས་པའི་གང་ཟག་གི་བདག་

འཛིན་ཡོད་པར་ཐལ། ཁྱོད་གཞི་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། གདུལ་བྱའི་  
སྤྱི་བ་པ་མཐའ་དག་འབད་མེད་དུ་སྤྱོད་ནུས་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་དེའི་  
ཉོན་མོངས་མཐའ་དག་འབད་མེད་དུ་སྤྱོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གདུལ་བྱའི་  
ཉོན་མོངས་རྣམས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་མེད་པའི་ཉིང་དེ་  
འཛིན་གྱིས་གཏན་ནས་སྤྱོད་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་  
འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་མེད་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱིས་གཞན་རྒྱུད་  
ཀྱི་ཉོན་མོངས་བྱངས་ནས་འབྱེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཏྲགས་ཁས། འདོད་མི་  
རུས་ཏེ། ལས་མ་བྱས་པ་དང་འཕྲད་པ་དང་བྱས་པ་ཆུད་ཟོས་པ་མེད་པའི་  
ཕྱིར། ཁོ་ན་རེ། དེའི་དོན་ནི། སངས་རྒྱས་འཕགས་པས་ཉོན་མོངས་མེད་པའི་  
ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་མཉམ་པར་བཞག་པའི་ཆེ་གདུལ་བྱའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་  
བྱངས་ནས་འབྱེན་པའི་དོན་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་ཡང་མི་འཐད་པར་ཐལ། སངས་  
རྒྱས་འཕགས་པ་དེ་དུས་ཏྲག་ཏུ་ཉིང་དེ་འཛིན་དེ་ལ་མཉམ་པར་བཞག་པའི་  
གང་ཟག་གང་ཞིག་སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཉིང་དེ་འཛིན་དེ་ལ་མཉམ་པར་  
བཞག་པའི་གང་ཟག་ཏུ་དམིགས་ནས་ཉོན་མོངས་སྐྱེ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་  
ཐལ། དེར་དམིགས་ནས་བདེན་ཞེན་སྐྱེ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཅ་བར།  
རྒྱལ་ལ་སོགས་ལ་ཆགས་པ་སྤྱོད། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་ལྷགས་ལ། རང་གི་སེམས་ཉེན་བསྟན་གཏན་བཞི་

པའི་དངོས་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་གང་ལ་མཉམ་པར་བཞག་པས་རང་རྒྱུད་ལ་  
 ལྷན་པའི་གང་ཟག་ལ་དམིགས་པའི་མི་དགོ་བར་གྱུར་པའི་ཉོན་མོངས་སྐྱེ་  
 བའི་དམིགས་རྒྱུན་མི་བྱེད་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་དེ། ཉོན་མོངས་མེད་པའི་ཉིང་  
 དེ་འཛིན་གྱི་ངོ་བོ་ཡིན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་མེད་  
 པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་དེ། ཉན་རང་གི་ཉོན་མོངས་མེད་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ལས་  
 བྱེད་པར་དུ་འཕགས་པའི་ཚུ་ལ་ལ་སྤྲུལ་ཆོག་དོན་ལས་རྩལ་བཤད་ཞིབ་ཆ་བྱེ་  
 བ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་དང་ཉན་རང་གཉིས་ཀས་ཉོན་མོངས་མེད་པའི་  
 ཉིང་དེ་འཛིན་གཉིས་ལ་མཉམ་པར་བཞག་པའི་ཆོ། རང་ལ་དམིགས་པའི་  
 གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ལ་མི་དགོ་བར་གྱུར་པའི་མི་ཡི་ཉོན་མོངས་སྐྱེ་བ་རེ་ཞིག་  
 འགོག་བྱས་པས་ཉོན་མོངས་དེའི་དམིགས་རྒྱུན་མི་བྱེད་པར་མཚུངས་ཀྱང་།  
 སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་ཉོན་མོངས་མེད་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱིས་གདུལ་  
 བྱའི་རྒྱུད་ལ་ཉོན་མོངས་འཛོམས་པའི་བྱས་པ་བྱེད་པར་ཅན་འཛོགས། ཉན་རང་  
 གི་ཉོན་མོངས་མེད་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱིས་དེ་ལྟར་མི་བྱས་པའི་བྱེད།

༥ གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྤྲོད་པ་ལ། ཁ་ཅིག་སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ལ་  
 དམིགས་པའི་མི་དགོ་བར་གྱུར་པའི་ཉོན་མོངས་མེད་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་  
 འཕགས་པ་དེ་ཉོན་མོངས་མེད་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་དུས་ཉག་དུ་མཉམ་པར་  
 བཞག་པའི་གང་ཟག་གང་ཞིག་བྱེད་ཀྱི་གོང་གི་སྐབ་བྱེད་འཐད་པའི་བྱེད།

འདོད་མི་རུས་ཏེ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ལ་དམིགས་ནས་ཁོང་ཁྱོས་བ་  
ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ལ་དམིགས་ནས་  
མཆམས་མེད་ཀྱི་ལས་གསོག་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པའི་སྐུ་ལ་ངན་སེམས་ཀྱི་ཁྲག་ཕྱང་བའི་མཆམས་མེད་ཀྱི་ལས་  
ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། སྒྱོན་མེད་དེ། དེ་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྐུ་འདྲ་  
བཤེགས་པའི་ཉི་བའི་མཆམས་མེད་ཀྱི་ལས་ལ་དགོངས་པའི་ཕྱིར། རྣམ་པ་  
གཅིག་ཏུ་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པས་ཉོན་མོངས་མེད་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་  
ལ་མཉམ་པར་བཞག་ནས་གྲོང་སོགས་སུ་བྱོན་པའི་དུས་སུ། རང་ལ་  
དམིགས་ནས་ལྟ་བའི་གང་ཟག་དེའི་རྒྱད་ལ་དེའི་ཆེ་རང་ལ་དམིགས་པའི་  
ཉོན་མོངས་མི་དག་བ་མི་སྐྱེ་བའི་དོན་ཡིན་གྱི། སྤྱིར་དེ་ལ་དམིགས་པའི་ཉོན་  
མོངས་མི་དག་བ་སྐྱེ་སྤིང་ཅས་བརྗོད་དགོས་པ་འདྲའོ། །

ཁ་ཅིག་ སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ལ་དམིགས་ནས་ཁོང་ཁྱོས་བ་ཡོད་  
པར་ཐལ། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ལ་དམིགས་ནས་ཁོང་ཁྱོས་བ་ཡོད་པའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ལ་ལེགས་སྐར་ལྟས་བྱིན་བདུད་སོགས་ཀྱི་ཁོང་ཁྱོས་  
ནས་སྐར་འདེབས་སོགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་གཞོད་པ་བྱས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། དེ་  
མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་གྲངས་ཆོར་དང་བཤད་ཆོར་དེ་ཅམ་གྱི་རྗེས་སུ་  
འབྲངས་ནས་དེ་འདོད་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཡིན་ན། གཞོད་པ་དང་

སྒྲུབ། བསྐྱེད་མཐའ་དག་སྤངས་པས་མ་ཁྲབ་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་པའི་ཕྱིར།  
 དེས་ན་ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་དང་བྲང་དོན་དང་ངེས་དོན་གྱི་དབྱེ་བས་ཞིབ་ཆ་  
 འབྱེད་དོ། །ཡང་ཁོ་ན་རེ། དེ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་དེ་  
 མཐོང་ན་མི་མཐུན་པ་སྤིད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྐྱེས་བུ་ལས་ངན་པ་  
 བསགས་པ་ཁ་ཅིག་གིས་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་སྟོན་དང་བཅས་པར་མཐོང་།  
 ལས་དག་པ་ཁ་ཅིག་གིས་སྟོན་དང་བྲལ་བར་མཐོང་བའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། སྟོན་  
 མེད་དེ། དེ་ལྟར་སྤང་བ་སྤིད་པ་ཅམ་གྱིས་དེ་མཐོང་ན་མི་མཐུན་པ་ཡོད་པར་  
 འཇོག་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མདོ་ལས་སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་  
 སྐྱེའི་ཡོན་ཏན་འཆད་པའི་སྐབས་སུ་མཐོང་ན་མི་མཐུན་པ་མེད་པར་བཤད་  
 པའི་ཕྱིར་རོ།

### སྟོན་མཐུན་ཉིང་འཇིན།

༥ གཉིས་པ་སྟོན་གནས་མཐུན་པའི་ཉིང་ངེ་འཇིན་བཤད་པ་ལ་གཉིས།  
 དངོས་དང་། དེ་ལ་ཚོད་པ་སྟོང་པའོ། །དང་པོ་ནི། སངས་རྒྱས་སྟོན་གནས་  
 མཐུན་པ་ནི། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་རྒྱུ་པ་བཞི་གསུངས་ཏེ། དོན་ནི། འགྲེལ་པར།  
 དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྟོན་གནས་མཐུན་པ་ནི་མཚན་མ་མེད་པ་ཉིད་དུ་  
 ངང་གིས་འཇུག་པ་དང་། ཞེས་པ་ནས། ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་ཡི་ནི་བརྒྲེག་  
 པ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས། འདི་དང་སྤྲུལ་མ་གཉིས་



གྱི་འཕྲོས་སྤར་གྱི་ཡེ་ཤེས་ཚས་སྤྱི་འཕྲོས་ཤད་པ་དེར་འདུས་སོ། །ཆོག་  
དོན་ནི། སངས་རྒྱས་གྱི་སྟོན་གནས་མཁུན་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ནི་ཚས་ཅན།  
ཉན་རང་སྟོན་གནས་མཁུན་པ་ལས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་ཏེ། འབད་ཚེལ་  
མེད་པར་སྟུན་གྱིས་བྱུབ་པ་དང་། བདེན་འཛིན་གྱི་ཆགས་པ་སྤངས་པ་དང་།  
ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ལ་ཐོགས་པ་མེད་པ་དང་། དུས་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་རྟག  
ཏུ་གནས་པ་དང་། འདྲི་བ་ཀྱན་གྱི་ལན་འདེབས་པར་རུས་པ་ཡིན་པར་མདོ་  
ལས་བཞེད་པའི་བྱིར། འདྲིའི་སྐབས་སུ་མཐའ་དབྱུང་པ་ལ། ཁ་ཅིག་སངས་  
རྒྱས་འཕགས་པའི་སྟོན་གནས་མཁུན་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་དེ་རྟག་པར་གནས་  
པ་ཡིན་ཟེར་ན། འོ་ན། དེ་རྟག་པར་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་རྟག་པར་གནས་པའི་  
བྱིར། རྟགས་ཁས། འདོད་ན། དེ་རྟག་པར་བྱུབ་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར།  
འདོད་ན། རྟག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། མི་རྟག་  
པ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ལམ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་སངས་རྒྱས་  
འཕགས་པའི་སྟོན་གནས་མཁུན་པའི་ཡེ་ཤེས་གྱིས་ལན་མི་འདེབས་པའི་  
འདྲི་བ་མེད་ཟེར་ན། འོ་ན། བྱང་མ་བསྟན་གྱི་ལྟ་བ་བཅུ་བཞི་མེད་པར་ཐལ།  
བྱི་རོལ་པས་གང་ཟག་གི་བདག་དང་འཛིན་ཉན་རྟག་མི་རྟག་གང་ཡིན་ངེས་  
པའི་ངེ་བ་ལ་སྟོན་པས་ལན་འདེབས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། སྟོན་པས་  
ལན་མི་འདེབས་པའི་ངེ་བ་མེད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཁྱོད་གྱི་དམ་བཅའ་

འཕུལ་བའི་བྱེད།

༥ རང་ལུགས་ལ། རང་གི་སེམས་རྟོག་རབ་མཐའི་བསམ་གཏན་བཞི་  
པའི་དངོས་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་གང་ལ་མཉམ་པར་བཞག་པས་དེ་བ་དུ་མའི་  
ལན་འདེབ་རྒྱས་པའི་བྱེད་ལས་དང་ལྡན་པས་རབ་དུ་བྱེད་པའི་རིགས་སུ་  
གནས་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་དེ། སྒོན་གནས་མཐུན་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་མཆོན་  
ཉིད། སངས་རྒྱས་དང་ཉན་རང་གི་སྒོན་གནས་མཐུན་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་  
བྱེད་པར་བྱེད་ཆོས་ལྟ་བུ་སྒྲུབ་པ་ལྟར་རོ།

༥ གསུམ་པ་དེ་ལ་ཚུད་པ་སྒྲོང་བ་ལ་གཉིས། ཆོས་སྐྱེད་པ་ལ་ཚུད་པ་  
སྒྲོང་བ་དང་། བྱེད་པ་གཉིས་ཀ་ལ་ཚུད་པ་སྒྲོང་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས།  
ཚུད་པ་དང་། ལན་ནོ། །

དང་པོ་ནི། རྩ་བར་དངོས་སུ་མ་བྱེད་ཀྱང་འགྲེལ་བ་ལྟར་ན། སངས་  
རྒྱས་བཙུན་ལྡན་འདས་ཆོས་ཅན། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སྐྱེད་དངོས་སུ་  
སྒྲུབ་པའི་སྒོན་ནས་དོན་མཛད་མི་མཛད་ཀྱི་བྱེད་པར་མི་འཕུལ་པར་ཐལ། དུས་  
རྟག་དུ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་ངང་ལས་མ་གཡོས་པར་བཞག་པས་ཡིན་པའི་  
བྱེད། ཞེས་ཚུད། གཉིས་པ་ལན་ལ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ནི། སྐྱབ་ཕྱོགས་ཀྱི་  
ལན་ནོ། རྩ་བའི་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་གྱུར་ནས། །ཞེས་སོགས་ཀྱང་བཞི་གསུངས་  
ཏེ། དོན་ནི། འགྲེལ་པར། དག་པའི་བཤེས་གཉིན་ལ་སོགས་པ་དང་ཐུན་པས།

ཞེས་པ་ནས། འབྲས་བུ་སྟོན་པར་མཛད་པར་མི་སྒྲུང་ངོ་སྟོན་དུ་དགོངས་པ་  
ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས། ཚིག་དོན་ལ། སྒྲུང་གི་ཚིག་པ་དེ་ལ་ལན་  
རིམ་ལྟར་འདེབས་ཚུལ་ནི། ཞེས་བྱ་ཆོས་ཅན། སྟོན་པ་དེ་ཉག་དུ་བྱགས་རྩེ་  
ཆེན་པོ་ལ་གནས་ཤིང་སྐྱེད་ངོས་སུ་སྒྲུང་མི་སྒྲུང་གི་སྟོན་ས་གདུལ་བུའི་དོན་  
མཛད་ཚུལ་ལ་བྱུང་པར་ཡོད་ཀྱང་མི་འགལ་བར་ཐལ། སངས་རྒྱས་ལ་  
དངོས་སུ་ཆོས་ཉན་པའི་རྒྱ་ཆོག་ས་ནི་ཡོངས་སུ་སྟོན་པར་གྱུར་ནས་གདུལ་  
བྱ་གང་དང་གང་ལ་ཡུལ་གང་དང་ནི་དུས་གང་གི་ཆེ་དངོས་སུ་ཆོས་སྟོན་  
པའི་བྱ་བ་པན་པར་གྱུར་པ་དེ་དང་དེ་ལ་སྐྱེད་དངོས་སུ་སྒྲུང་བའི་སྟོན་ས་དོན་  
མཛད་ཀྱི། ཆོག་ས་མ་བསགས་ཤིང་རྒྱུད་མ་སྟོན་པའི་གདུལ་བུ་ལ་དེ་ལྟར་  
སྒྲུང་བའི་སྟོན་ས་དོན་མི་མཛད་པའི་བྱུང་ངོ་། །

གཉིས་པ་དགག་ཕྱོགས་ཀྱི་ལན་ནི། ལྷ་ཡི་རྒྱལ་པོས་ཆར་པབ་ཀྱང་། །  
ཞེས་སོགས་ཀྱང་པ་བཞེས་སྟོན་ཏེ། དོན་ནི། འགྲེལ་པར། དཔེར་ན། ལྷ་ཡི་  
དབང་པོས་ཆར་པབ་དུ་བྱིན་ཀྱང་། ཞེས་པ་ནས། ཆོས་ཉན་པ་ལ་སོགས་པའི་  
བཟང་པོ་ཐོབ་པར་མི་འགྱུར་ངོ་། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས། ཚིག་དོན་ནི།  
སངས་རྒྱས་བཙུངས་ལྟར་འདས་ནས་མི་ཆོས་ཅན། འཇིག་རྟེན་དུ་དངོས་སུ་  
བྱུང་བར་གྱུར་ཀྱང་སེམས་ཅན་ཁ་ཅིག་གིས་བྲོད་ལ་དངོས་སུ་ཆོས་ཉན་པ་  
སོགས་སྐལ་པ་བཟང་པོ་མི་བྲོད་པའི་རྒྱ་མཆན་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་དག་བྲོད་

ལ་དངོས་སུ་དམ་པའི་ཆོས་ཉན་པ་སོགས་ཀྱི་སྐལ་བ་མེད་པས་ཏེ་དེའི་ཕྱིར་  
རོ། །དཔེར་ན། ལྷ་ཡི་རྒྱལ་པོས་ཆར་པབ་ཀྱང་རུལ་བ་སོགས་ཀྱི་རྒྱུ་གྱིས་  
ས་བོན་མི་རུང་བར་གྱུར་པ་དེ་ལས་སྒྱུ་གུ་སྒྲོན་པོ་མི་འབྱུངས་པ་ལྟར་རོ། །

གཉིས་པ་བྲབ་ཏྲག་གཉིས་ཀ་ལ་ཚོད་པ་སྒྲོང་བ་ལ་གཉིས། རིང་དང་།  
ལན་ནོ། དང་པོ་ཡང་རྩ་བར་དངོས་སུ་མ་བྱེན་ཀྱང་འགྲེལ་བ་ལྟར་ན་ཡེ་ཤེས་  
ཆོས་སྒྱུ་དེ་ཆོས་ཅན། བྲོད་ལ་བྲབ་པ་ཞེས་བརྗོད་མི་རིགས་པར་ཐལ། བྲོད་  
སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་ཉན་ངེས་པའི་ཕྱིར། དེ་ཆོས་  
ཅན། བྲོད་ལ་ཏྲག་པ་ཞེས་ཀྱང་བརྗོད་མི་རིགས་པར་ཐལ། སྐད་ཅིག་རེ་རེ་ལ་  
སྒྲེ་ཞིང་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་ཞེས་ཚོད། གཉིས་པ་ལ་ནི། དེ་ལྟར་མཛད་བརྒྱ་ཆེའི་  
ཕྱིར། །ཞེས་སོགས་ཀྱང་པ་བཞེས་སྟོན་ཏེ། དོན་ནི། དེ་ལྟར་རི་སྐད་བཤད་  
པའི་ཚུལ་གྱིས་ཐམས་ཅད་དུ་སྒྲུང་བའི་སྟོན་ས་བྱ་བ་མཛད་པ་རྒྱ་ཆེ་བའི་  
ཕྱིར་དང་། ཞེས་པ་ནས། ཏྲག་པ་ཞེས་མངོན་པར་བརྗོད་དོ། །ཞེས་པའི་བར་  
གསུངས། ཆོག་དོན་ནི། སངས་རྒྱས་དེ་ཉིད་ཆོས་ཅན། བྲོད་ལ་བྲབ་པ་ཞེས་  
ངེས་པར་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཆན་ཡོད་དེ། སྐལ་ལྷན་མཐའ་དག་ལ་མཛད་པ་  
འཕྲིན་ལས་འཇུག་པ་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཕྱིར་ན་དེ་ལྟར་བརྗོད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་  
ཆོས་ཅན། བྲོད་ཀྱི་རྒྱུན་ལ་ཏྲག་པ་ཞེས་ཀྱང་བརྗོད་པ་ཡིན་ཏེ། རང་གི་རྒྱུན་  
ཆད་པའམ་ཟད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

## ལོངས་སྤྱོད།

༩ གསུམ་པ་ལོངས་སྤྱོད་བཤད་པ་ལ་གཉིས། མཆན་ཉིད་ཀྱི་སྒོ་ནས་  
མདོར་བསྟན་པ་དང་། ཡོན་ཏན་ཀྱི་སྒོ་ནས་རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི།  
མཆན་ནི་སྤུམ་ཅུ་ཙ་གཉིས་དང་། །ཞེས་པ་ནས། ཐུབ་པའི་ལོངས་སྤྱོད་  
རྫོགས་སྤྱར་བཞེད། །ཅེས་པའི་བར་གྱིས་འཆད་དེ། དོན་ནི། འགྲེལ་པ་ལས།  
མཆན་སྤུམ་ཅུ་ཙ་གཉིས་དང་། དཔེ་བྱད་བརྒྱད་ཅུའི་ངོ་བོ་ཉིད་འཛིན། ཞེས་  
པ་ནས། ལོངས་སྤྱོད་པའི་རྫོགས་པའི་སྤྱི་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས།  
འཕྲོས་ནི། རབ་འབྱོར་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་འདི་ལ་བསྐྱབ་ཅིང་  
ཆོས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཐབས་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་  
ཆུབ་ཏུ་མངོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་ཏེ། ཞེས་པ་ནས། སངས་རྒྱས་  
ནམས་ཀྱི་སྤྱོད་སྤྱེས་བྱ་ཆེན་པོའི་མཆན་སྤུམ་ཅུ་ཙ་གཉིས་ཀྱིས་བརྒྱན་པ། དཔེ་  
བྱད་བཟང་པོ་བརྒྱད་ཅུས་བརྒྱན་པ། ཞེས་སོགས་ལས་འཕྲོས་སོ། །

འདི་ལ་གཉིས། ཆོག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱུང་པའོ། །དང་པོ་ནི། གནས་  
ངེས་པ་འོག་མིན་ཁོ་ནར་བཞུགས་ཤིང་འཆད་འགྱུར་ལྟར་མཆན་ནི་སྤུམ་ཅུ་  
ཙ་གཉིས་དང་དཔེ་བྱད་བརྒྱད་ཅུའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཀྱི་གཟུགས་སྤྱི་འདིར་  
དངོས་སུ་བསྟན་པ་འདི་ཆོས་ཅན། ཐུབ་པའི་ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས་སྤྱར་བཞེད་  
བ་ཡིན་ཏེ། ཐེག་ཆེན་ཀྱི་ཆོས་ལ་ཉེ་བར་ལོངས་སྤྱོད་པ་སོགས་ངེས་པ་ལྟར་



ལྷན་གྱིས་རབ་ཏུ་སྤྱེ་བའི་གཟིགས་སྟུང་མཐར་ཐུག་ཡིན་པའི་སྤྱིར།

གཉིས་པ་མཐར་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ་ཁ་ཅིག་གཟུགས་སྟུང་གཉིས་པོ་དེ་གདུལ་བྱའི་གཞན་སྣང་ཅམ་ཡིན་གྱི། སངས་རྒྱས་རང་སྣང་ལ་མེད་ཟེར་ན། དེ་གཉིས་ཆོས་ཅན། སངས་རྒྱས་རང་སྣང་ལ་ཡོད་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ལ་སྣང་བའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་མཐུན་ལ་སྣང་བའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་མཐུན་གྱིས་གཟིགས་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། ཆོད་མས་གྲུབ་པའི་སྤྱིར། ཁ་ཅིག་གཟུགས་སྟུང་གཉིས་པོ་དེ་གདུལ་བྱའི་རྒྱུད་དཀྱིས་བསྐྱུས་པ་ཡིན་ཟེར་ན། ལས་མ་བྱས་བ་དང་འབྲེད་པ་དང་བྱས་པ་ཆུང་བྱོས་པ་ཡོད་པར་ཐལ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་སངས་རྒྱས་པའི་ཆེ་རང་རྒྱུད་གྱིས་བསྐྱུས་པའི་སངས་རྒྱས་མ་ཐོབ་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་ཆེ་ཐོབ་བྱ་སངས་རྒྱས་དེ་གདུལ་བྱའི་རྒྱུད་གྱིས་བསྐྱུས་པའི་སྤྱིར། ཉགས་ཁས། མ་གྲུབ་ན་དེར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་སྤྱིར། ཁ་ཅིག་གཟུགས་སྟུང་གཉིས་པོ་དེ་སངས་རྒྱས་མིན་ཟེར་ན། འོ་ན། གཟུགས་སྟུང་གཉིས་པོ་དེ་ཡོན་ཏན་ཅམ་ཡང་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡང་མ་ཡིན། མཐར་ཐུག་གི་ཡོན་ཏན་ཡང་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དང་པོ་མ་གྲུབ་ན། ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྟུང་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པར་ཐལ། མ་གྲུབ་པ་དེའི་སྤྱིར། འདོད་ན། མཐར་ཐུག་གི་ཡོན་ཏན་གཞི་མ་གྲུབ་པར་ཐལ་ལོ། །འདོད་མི་རྣམས་

སོ། །ཁ་ཅིག ཞེས་ཕྱིན་སུམ་བརྒྱ་པ་ལས། གང་དག་ང་ལ་གཟུགས་སུ་  
མཐོང་། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས། གཟུགས་སྐྱ་གཉིས་པོ་དེ་སངས་རྒྱས་མ་ཡིན་  
པར་བསྟན་པ་ཡིན་ཟེར་ན། འོ་ན། དེ་ལྟ་བུའི་གསུང་དེ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
གསུང་ཡིན་ནམ། སེམས་ཅན་གྱི་ངག་ཡིན་པ་དག་ལས་གང་ཡིན། དང་པོ་  
ལྟར་ན། མི་འབྲང་པར་ཐལ། དེ་གསུང་པ་པོའི་སངས་རྒྱས་མེད་པའི་བྱིར།  
དེར་ཐལ། ལྟོན་པ་ཤྲུག་བྱུང་པ་སངས་རྒྱས་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ།  
གཟུགས་སྐྱ་གཉིས་སངས་རྒྱས་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཏྲགས་ཁས། བྱི་མ་ལྟར་  
ན། ལྟོན་པ་ཤྲུག་བྱུང་པ་སེམས་ཅན་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། །ཁ་ཅིག ལོངས་སྐྱའི་  
རྒྱུད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱ་དེ་ལོངས་སྐྱ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་མཆོན་  
དཔེ་གསལ་ཇོགས་ཀྱིས་སྒྲས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་ལོངས་སྐྱ་  
ཡིན་པའི་བྱིར། བྱུང་སྟེ། ཅ་བར། མཆོན་ནི་སུམ་ཅུ་ཅ་གཉིས་དང་། །ཞེས་  
སོགས་གསུངས་པའི་བྱིར། འདོད་ན། གཟུགས་དང་ལྡན་པའི་གང་ཟག་ཡིན་  
པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར། བྱུང་སྟེ། ཁ་དོག་དང་དབྱིབས་དང་ལྡན་པའི་ཆོས་  
ཡིན་ན། གཟུགས་དང་བཅས་པ་ཡིན་དགོས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། འཇུག་པ་  
ལས། དབྱིབས་ཅན་ན་དེ་གཟུགས་ཅན་ལ་ཡོད་བྱིར། །ཞེས་གསུངས་པའི་  
བྱིར། འདོད་མི་རྒྱས་ཏེ། ཤེས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཡེ་ཤེས་ཡིན་  
པའི་བྱིར། ཁོ་ན་རེ། ལོངས་སྐྱའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལོངས་སྐྱ་ཡིན་གྱི།

དེའི་རྒྱད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཙམ་དེ་མིན་ཟེར་ན། དེ་ཡང་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་  
 མངོན་སུམ་གྱི་སྟོང་ཡུལ་དུ་བྱེད་པའི་བྱང་འཕགས་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 དེ་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་  
 རྒྱད་ཀྱི་ཡིད་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྒྲ་མ་ལ་བྲབ་སྟེ། ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱུ་རྣམས་  
 སངས་རྒྱས་ནང་པན་ཚུན་གྱི་མངོན་སུམ་གྱི་སྟོང་ཡུལ་བྱེད་ཀྱི། སེམས་ཙན་  
 གཞན་གྱི་མངོན་སུམ་གྱི་སྟོང་ཡུལ་དུ་བྱེད་མི་རུས་པའི་ཕྱིར། འདིར་ཆིག་  
 ལ་འབྲི་ན། ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱུ་དེ་སེམས་ཙན་གྱི་མངོན་སུམ་གྱི་སྟོང་ཡུལ་  
 ཡིན་ཀྱང་། དེའི་མངོན་སུམ་གྱི་མངོན་སུམ་སྟོང་ཡུལ་བྱེད་པ་མིན་ཞེས་བྲལོ།  
 །ཁ་ཅིག་ ལོངས་སྐྱུའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་ལོངས་སྐྱུ་མིན་ཀྱང་། སྐྱལ་སྐྱུའི་ཡིད་  
 ཀྱི་རྣམ་ཤེས་སྐྱལ་སྐྱུ་ཡིན་ཏེ། ཙན་ང་གོ་མིས། ཁ་ཅིག་ ཡིད་ཀྱི་ཁོ་ན་སྐྱལ་  
 པའི་སྐྱུ་ཉིད་དུ་ནི་རྟོགས། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་ཟེར་བ་དང་། ལོངས་སྐྱུའི་  
 དབང་པོ་ལྟེན་རྒྱུ་རྣམ་ཤེས་དེ་ལོངས་སྐྱུ་ཡིན་ཏེ། ཙན་ང་གོ་མིས། དབང་པོ་ལྟེན་  
 ཡི་རྣམ་ཤེས་གང་། །དེ་ཡི་ལོངས་སྟོང་རྫོགས་སྐྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་  
 ཕྱིར་ཟེར་ན། སྟོན་མེད་དེ། དེ་གཉིས་ཀྱིས་བདག་རྒྱུན་བྱས་པ་ལས་སྐྱུ་དེ་  
 གཉིས་གདུལ་བྱ་ལ་སྒྲང་བ་འབྱུང་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ན་  
 དེ་འོག་མིན་ཏུ་ལོངས་སྐྱུ་འཁོར་བཅས་ཁོ་ན་བཞུགས་པ་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་མི་  
 འཐད་པར་ཐལ། འོ་མིན་ན་ཉན་ཐོས་འཕགས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།

ཕྱིར་མི་འོང་འོག་མིན་མཐར་ཐུག་འགྲོ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། མཁས་པ་ཁ་ཅིག  
འོངས་སྐྱ་ཐམས་ཅད་འོག་མིན་སྐྱག་པོ་བཀོད་པ་ཁོ་ནར་གསར་དུ་སངས་  
རྒྱས་ནས་དེར་བཞུགས་པ་ཡིན་ཏེ། དག་དབང་གྲགས་པས། དཔལ་ལྷན་  
སྐྱག་པོ་བཀོད་པར་དོན་དམ་ཐུགས་སུ་ཆུད་གྱུར་ཅིང་། །ཞེས་གསུངས་པའི་  
ཕྱིར། ཁྱབ་སྟེ། ལང་ཀར་གཤེགས་པ་ལས། གཙང་མའི་གནས་ལྷ་སྤངས་  
ནས་ནི། །འོག་མིན་གནས་ནི་ཉམས་དགའ་བར། །ཡང་དག་རྫོགས་སངས་  
དེར་སངས་རྒྱས། །སྤྱལ་བ་པོ་གཅིག་འདིར་འཆང་རྒྱ། །ཞེས་དང་། དབང་  
ཐུག་ཆེན་པོའི་གནས་ཀྱི་མཆོག་འོག་མིན་ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་མཛེས། །ཞེས་  
གསུངས་པ་གང་ཞིག་དེས་གནས་གཙང་གི་འོག་མིན་དེར་འོངས་སྐྱ་རྣམས་  
སངས་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ཀྱང་། གནས་གཙང་གི་གོང་དུ་ཡང་དབང་ཐུག་ཆེན་  
པོའི་གནས་འོག་མིན་སྐྱག་པོ་བཀོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཞིག་ཡོང་བ་དེར་འོངས་  
སྐྱ་རྣམས་སངས་རྒྱས་པར་བཤད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན་དང་། ཁ་ཅིག་འོངས་སྐྱ་  
མཐར་དག་གཞི་དང་སྟོང་པོ་མེ་ཏོག་གིས་བརྒྱན་པའི་གནས་འོག་མིན་དེར་  
སངས་རྒྱས་པ་ཡིན་ཏེ། བལ་ཆེན་ནས་དེ་ལྟ་བུའི་འོག་མིན་དེ་ཐུབ་པ་གངས་  
ཆེན་འཆོ་བཞུགས་པའི་གནས་སུ་བཤད་ཅིང་། དེ་ཡང་འདི་ནས་མན་འཛིག་  
ཏེན་གྱི་ཁམས་བཅུ་གསུམ་འདས་པ་ན་ཡོད་པ་དང་། སྐབས་འདིར་དེར་  
སངས་རྒྱས་པར་ཁས་སྤངས་པ་ལ་ལྷུང་རིགས་ཀྱིས་མི་གཞོད་པའི་ཕྱིར།

ཟེར་ན། འདི་གཉིས་ཀ་ཡང་ཆེན་པོ་དུ་མས་འདོད་མོད། རང་ལུགས་ལ་འདོད་  
 པ་ནི་མིན་ཏེ། དེ་ལ་བྱང་སེམས་རྣམས་ཀྱིས་ཞིང་དག་སྦྱོར་གྱི་སྒྲོན་ས་རང་  
 ཉིད་འཆང་རྒྱ་བའི་ཞིང་གསར་དུ་སྦྱབ་མི་དགོས་པར་ཐལ་བའི་སྦྱོན་འཇུག་  
 པར་མཚུངས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ལོངས་སྤྱིའི་འཁོར་དུ་བྱུར་བའི་བྱང་སེམས་  
 དང་པོ་བ་མེད་ཟེར་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དེའི་འཁོར་དུས་བཙུ་ཀ་ལ་གནས་  
 པའི་བྱང་སེམས་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། སྦྱབས་འགོ་བདུན་ཅུ་པ་ལས།  
 ས་བཙུ་པོ་ལ་གནས་རྣམས་ཀྱིས། །དེ་ལྟ་བུ་ཡི་སྦྱ་གཟིགས་སོ། །ཞེས་  
 གསུངས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་སྦྱལ་སྦྱུ་མ་ཡིན་པའི་གཟུགས་སྦྱ་མཐར་ཐུག་དེ།  
 ལོངས་སྤྱིའི་མཆོན་ཉིད། ཟེར་ན། གཟུགས་སྦྱ་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ།  
 མཆོན་ཉིད་དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡིན་པ་དང་མ་ཡི་པའི་གཟུགས་སྦྱ་གང་  
 རུང་གང་ཞིག །དེ་ཡིན་པའི་གཟུགས་སྦྱ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ།  
 གཟུགས་སྦྱ་ཡིན་པའི་བྱིར། བྱི་མ་མ་གྲུབ་ན། དེ་སྦྱལ་སྦྱུ་ཡིན་པར་ཐལ། མ་  
 གྲུབ་པ་དེའི་བྱིར། ཉགས་ཁས། འདོད་མི་རུས་ཏེ། ལོངས་སྤྱིའི་ཡིན་པའི་བྱིར།  
 ཉག་བྱུང་དངོས། འདོད་ན་སྦྱོའོ།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། དེས་པ་ལྷ་ལྷན་གྱིས་རབ་ཏུ་སྤྱེ་བའི་  
 གཟུགས་སྦྱ་མཐར་ཐུག །ལོངས་སྤྱིའི་མཆོན་ཉིད། ལོངས་སྤྱི་དེ་དེས་པ་ལྷ་  
 དང་ལྷན་པ་ཡིན་ཏེ། སྦྱ་དེས་པ་མཆོན་དཔེ་གསལ་རྫོགས་ཀྱིས་སྤྲས་པ།



འཁོར་ངེས་པ་བྱང་སེམས་འཕགས་པ་ཡན་ཆད་ཤ་སྟག་གིས་བསྐྱོར་བ།  
དུས་ངེས་པ་འཁོར་བ་ཇི་སྲིད་མ་སྟོངས་ཀྱི་བར་དུ་བྱ་ངན་ལས་འདའ་བའི་  
ཚུལ་མི་སྟོན་པར་བཞུགས་པ། ཆོས་ངེས་པ་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྡེ་སྟོད་འབའ་ཞིག་  
གསུང་བ། གནས་ངེས་པ་འོག་མིན་ཁོ་ནར་བཞུགས་པའི་ངེས་པ་ལྔ་དང་ལྔན་  
པ་ཡིན་པའི་བྱིར།

༥ གསུམ་པ་ཅོད་པ་སྟོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག་ལོངས་སྤྱིའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་  
ཤེས་པ་ལོངས་སྤྱི་ཡིན་པར་ཐལ། མཆོག་གི་སྤྱལ་སྤྱིའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་  
ཤེས་པ་མཆོག་གི་སྤྱལ་སྤྱི་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་  
ངག་དབང་སྟོ་བཟང་རྒྱ་མཆོ་སོགས་དམ་པ་ཁ་ཅིག་དེ་ལྟར་བཞེད་པའི་བྱིར།  
ན་མ་བྱལ། ཁོ་ན་རེ། གསལ་བ་དེར་ཐལ། གང་ཟག་གི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་  
པ་གང་ཟག་ཡིན་པའི་བྱིར། ཟེར་ན། མ་བྱལ། ཏྲགས་དེར་ཐལ། གང་ཟག་ཐ་  
སྟོད་བཏགས་པའི་བཏགས་དོན་བཅའ་བའི་ཆེ་དེའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་  
པ་དེའི་མཆོན་གཞིར་སྟོད་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་ལོངས་སྤྱི་དེ་ངེས་པ་ལྔ་དང་  
ལྔན་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དུས་ངེས་པ་འཁོར་བ་ཇི་སྲིད་མ་སྟོངས་ཀྱི་བར་  
དུ་བྱ་ངན་ལས་འདའ་བའི་ཚུལ་མི་སྟོན་པར་མི་བཞུགས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ།  
དེ་འཁོར་བ་ཇི་སྲིད་གནས་ཀྱི་བར་དུ་མི་བཞུགས་པའི་བྱིར། ཁ་ཅིག་མ་བྱལ་  
ཟེར། མ་གྲུབ་ན་དེར་ཐལ། དེ་དེའི་བར་དུ་མི་སྟོད་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་

རིང་གི་དུས་ཀྱི་ལོངས་སྤྱོད་དེ་སང་གི་བར་དུ་མི་སྡོད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། རོན་  
 དབང་བཅན་བར་བྱས་ན་མ་ཁྲབ་སྟེ། དེ་ལ་གོ་རོན་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
 དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ན། དངོས་པོ་དེ། སྡོན་དང་ཕྱི་མའི་དུས་སུ་མེད་པར་ཐལ། དེ་  
 རིང་གི་དུས་ཀྱི་དངོས་པོ་དེ་སང་གི་དུས་སུ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་པ་ཁས།  
 ཏྲགས་དེར་ཐལ། སང་གི་དུས་ཀྱི་དངོས་པོ་དེ་དེ་རིང་གི་དུས་སུ་མེད་པའི་  
 ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཕྱི་ངོ་ཁང་པ་ཞིག་པ་དེ་ལྷ་ངོའི་དུས་སུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མ་  
 གྲུབ་ན་ནམ་བཤད་དང་འགལ་ལོ། །འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་ཅིག ལོངས་སྤྱོད་  
 དེས་ཆོས་ངེས་པ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་འབའ་ཞིག་གསུང་བ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། དེས་ཐེག་དམན་གྱི་མདོ་གསུངས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་ཐེག་  
 དམན་གྱི་མདོ་བསྟན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། སྡོན་མེད་དེ། ལོངས་སྤྱོད་ཐེག་ཆེན་  
 ཀྱི་སྡེ་སྡོད་འབའ་ཞིག་གསུངས་ཞེས་པའི་འབའ་ཞིག་གི་སྤྱིས་ལོངས་སྤྱོད་  
 གསུང་དུ་གྱུར་པའི་ཐེག་དམན་གྱི་མདོ་ཡོད་པར་གཙོད་ཀྱི། དེས་ཐེག་དམན་  
 ཀྱི་མདོ་ཡོད་པར་བསྟན་པའམ། ཐེག་དམན་གྱི་མདོ་དེས་བསྟན་པ་གཙོད་  
 པར་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག ལོངས་སྤྱོད་འཁོར་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱལ་པ་  
 མེད་པར་ཐལ། དེའི་འཁོར་ཡིན་ན། བྱང་འཕགས་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་  
 ཐལ། དེ་འཁོར་ངེས་པ་བྱང་སེམས་འཕགས་པ་ཡན་ཆད་ཤ་སྟག་གིས་  
 བསྐྱོར་བའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་པོ། །ཁ་ཅིག ལོངས་སྤྱོད་དེ་ངེས་པ་ལྷ་ལྷན་

མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གདུལ་བྱའི་མོས་པའི་དབང་གིས་སྐྱ་སྒྲ་ཆོགས་སུ་སྒྲང་  
བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ། མ་གྲབ་ན་དེར་ཐལ། རྒྱད་ཟླར། ཇི་ལྟར་  
ཆོན་ནི་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱིས། འོར་བུ་དེ་དངོས་མི་སྒྲང་ལྟར། དེ་བཞིན་འགོ་རྒྱན་  
སྒྲ་ཆོགས་ཀྱིས། །ཁྲབ་བདག་དེ་དངོས་མིན་པར་སྒྲང་། །ཞེས་གསུངས་པའི་  
ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ལོངས་སྤྱིའི་འཁོར་དུ་གྱུར་པའི་ས་བརྩ་ཀ་ལ་གནས་པའི་བྱང་  
སེམས་མེད་པར་ཐལ། དེའི་འཁོར་དུ་གྱུར་པའི་བྱང་སེམས་ཡིན་ན། ས་བརྩ་  
བ་བ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། མདོ་ལས། ས་བརྩ་བ་ཡ་གནས་པའི་  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་དང་ཐབས་གཅིག་ཏུ་བཞུགས་སོ། །ཞེས་  
གསུངས་པ་གང་ཞིག །འཁྱེ་བས། ཆོག་གསལ་ལས་དེ་རང་ལུགས་སུ་  
མཛད་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། སྒྲ་མ་ནི་འགྱུར་མ་དག་བ་ཡིན་ལ། ཕྱི་  
མ་དེ་ལྟར་བཤད་ཀྱང་རང་ལུགས་སུ་དེ་ཁས་མི་ལེན་པའི་ཕྱིར།

### མཚན་བཟང་།

༥ གཉིས་བ་ཡོན་ཏན་གྱི་སྒྲོན་ས་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་གཉིས།  
མཚན་བཤད་པ་དང་། དཔེ་བྱད་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། མཚན་  
དངོས་དང་། དེའི་རྒྱ་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་ནི། ལུག་ཞབས་འཁོར་ལོའི་མཚན་དང་རུས་སྤལ་ཞབས། །  
ཞེས་བ་ནས། འདྲ་བ་འདི་དག་སུམ་ཅུ་ཅ་གཉིས་མཚན། །ཞེས་པའི་བར་

ཆིགས་སུ་བཅད་པ་ལྷ་གསུངས་ཏེ། རོན་ནི། འབྲེལ་པར། སྒྲ་མ་རྣམས་ལ་  
 སྐྱེལ་བ་དང་བསྐྱེལ་བ་ལ་སོགས་པས་ཕྱག་དང་ཞབས་འཁོར་ལོའི་མཆོན་དང་  
 ལྷན་པ་ཉིད་དང་། ཞེས་པ་ནས། རྩེ་མ་བའི་ལྷ་བྱ་ཉིད་དོ། །ཞེས་པའི་བར་  
 གསུངས་ལ། འཕྲོས་ནི་སྒར་གྱི་དེའོ། །ཆིག་དོན་ནི། ཞེས་བྱ་ཆོས་ཅན།  
 ལོངས་སྐྱེའི་མཆོན་འདི་དག་སུམ་ཅུ་ཙམ་གཉིས་སུ་གང་ངེས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་  
 དག་གྲང་གང་ཞེ་ན། ལོངས་སྐྱེའི་ཕྱག་དང་ཞབས་འཁོར་ལོའི་མཆོན་དང་  
 ལྷན་པ་དང་། རུས་སྤལ་བཞིན་དུ་ཞབས་ཤིན་ཏུ་གནས་པ་དང་། ཕྱག་དང་  
 ཞབས་ཀྱི་སོར་མོ་རྣམས་དྲ་བས་འབྲེལ་བ་དང་། ཕྱག་དང་ནི་ཞབས་བཅས་  
 འཇམ་ཞིང་གཞོན་ཤེས་ཆགས་པ་དང་། སྐྱེའི་ལོ་ནི་ཕྱག་ཞབས་ཀྱི་རྒྱབ་བཞི་  
 དང་ཕྱག་གོང་གཉིས་དང་ལྷག་པ་སྟེ་བདུན་པོ་དག་མཐོ་བ་དང་། སོར་མོ་  
 རྣམས་རིང་བ་དང་། ཞབས་ཀྱི་རྩིང་པ་ཡངས་པ་དང་སྐྱ་ཆེ་ཞིང་བྲང་བ་དང་།  
 ཞབས་ཀྱི་ལོང་བྱ་བྱིར་འབྱར་བ་མི་མདོན་པ་དང་། སྐྱེའི་སྐྱ་ནི་བྱེན་དུ་སྒྲགས་  
 པ་དང་། བྱེན་པ་རི་དྲགས་ཨེན་ཡའི་བྱེན་པ་འབྲ་བ་དང་། ཕྱག་རིང་ཞིང་  
 མཛེས་པ་དང་། གསང་གནས་འདོམ་གྱི་སྤྲ་བ་སྤྲ་བས་སུ་རྒྱབ་པའི་མཆོག་  
 དང་ལྷན་པ་དང་། སྐྱེའི་སྤྲགས་པ་གསེར་གྱི་མདོག་ལྷ་བྱ་དང་། སྤྲགས་པ་  
 འཇམ་ཞིང་སྤྲབ་པ་དང་། སྐྱེའི་སྐྱ་ནི་རེ་རེ་ནས་གཡས་སྤྲགས་སུ་ལེགས་པར་  
 འབྲེལ་ཞིང་འབྲུངས་པ་དང་། ཞལ་མཛོད་སྤྲས་བརྒྱན་པ་དང་། རོ་སྟོད་སེལྟེའི་

སྟོང་དང་འབྲ་བ་དང་། སྤྱི་འདི་ཡི་དབྱུང་པའི་མགོ་ལྷུ་མ་པ་དང་། ཐལ་གོང་  
 རྒྱས་པ་དང་། ལྷགས་འདི་ལ་རོ་མི་ཞིམ་པ་རོ་མཆོག་ཏུ་སྤྲང་བ་དང་། སྤྱི་ནི་  
 ཞིང་ཅུ་གོ་རྩ་ལྟར་འདོམ་གྱི་པན་ཚུན་གྱི་ཅེ་མོ་ནས་བཅ་ལ་བའི་ཆད་ཅི་ཅམ་  
 པ་ཞབས་ནས་སྤྱི་བོའི་བར་དེ་ཅམ་དུ་མཉམ་པའི་ཚུ་ཞིང་གཤམ་པ་དང་། དབྱུར་  
 གཙུག་ཏྱོར་དང་ལྷན་པ་དང་། ལྷགས་རིང་ཞིང་མཛེས་པ་དང་། གསུང་ཆངས་  
 པའི་དབྱངས་ལྟ་བུ་དང་། འབྲམ་པ་སེར་ཁྲིའི་འབྲམ་པ་འབྲ་བ་དང་ཆེམས་ཞིན་  
 ཏུ་དཀར་བ་དང་། ཆེམས་ཆད་མཉམ་པ་དང་། དེ་ཐགས་བཟང་བ་དང་། དེ་  
 གངས་ནི་བཞི་བཅུ་ཐམ་པ་ཆང་བ་དང་། སྤྱན་ནི་དཀར་ནག་གི་ཆ་མ་འདྲེས་  
 པའི་མཐོན་མཐིང་ཅན་དང་། སྤྱན་གྱི་རྩི་མ་བ་མཆོག་གི་རྩི་མ་དང་འབྲ་བ་  
 བཅས་སོ་གཉིས་སུ་གངས་ངེས་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཆོན་དེ་རྣམས་སྤྱབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ནི། འདི་ལ་མཆོན་ནི་  
 གང་གང་གི། །ཞེས་སོགས་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་གསུམ་གྱིས་འཆད་དེ། རོན་  
 ནི། འགྲེལ་པར། མཆོན་གང་གིས་སྤྱབ་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་གང་ཡིན་པ་དེ།  
 ཞེས་སོགས་གསུངས། ཆོག་དོན་ནི། ལོངས་སྤྱི་འདི་ལ་ཆོས་ཅན། མཆོན་ནི་  
 སོ་གཉིས་པོ་འདི་དག་ཡང་དག པར་འབྲུབ་པའི་ཚུལ་དང་རྒྱ་ཡོད་དེ། མཆོན་  
 སོ་གཉིས་ནི་གང་དང་གང་གིས་སྤྱབ་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་གང་དང་གང་ཡིན་པ་  
 དེ་དང་དེ་ནི་རབ་ཏུ་རྫོགས་པ་དེས་ན་དེ་དག་འབྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་དག་



ཀྱང་གང་ཞེ་ན། དེ་ཡང་ཡོད་དེ། ཡུམ་གྱི་མདོ་ལས། རི་སྐད་འབྱུང་བ་བཞིན་  
 དུ་སྒྲ་མ་སྐྱེལ་བ་དང་བསྐྱེལ་བ་ལ་སོགས་བྱས་པ་ནི་བྲག་ཞབས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་  
 མཚན་འབྱུང་པའི་རྒྱ་བྱེད་པ་དང་། རྩོམ་པ་ཡང་དག་པར་སྒྲངས་པ་བསྟན་  
 པས་ནི་ཞབས་རུས་སྤལ་བཞིན་དུ་གནས་པའི་རྒྱ་བྱེད་པ་དང་། བསྐྱེལ་བ་བཞི་  
 བསྟན་པ་ནི་སོར་མོ་དྲ་བས་འབྲེལ་བའི་རྒྱ་དང་། བྱ་ལོ་མ་པའི་དངོས་པོ་  
 གཞན་ལ་སྐྱེན་པ་ནི་བྲག་ཞབས་གཞོན་ཤེས་ཆགས་པ་སོགས་གཉིས་ཀྱི་རྒྱ་  
 དང་། གསལ་པར་བྱ་བ་ལས་ཐར་བར་བྱེད་བའི་སྐྱ་ཆེ་ཞིང་དང་བའི་རྒྱ་དང་།  
 དགོ་བའི་ཆོས་ནི་ཡང་དག་པར་སྒྲངས་པ་སྤེལ་བ་ལ་སོགས་ནས། ཁོང་ཁྱོ་  
 མེད་པ་ནི་བའི་རྩེ་མ་ལྟ་བུའི་མཚན་སྐབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཡི་མཚན་ཉིད་དམ་རང་  
 བཞིན་གྱི་བར་སོ་གཉིས་ཡོད་པའི་བྱིར། འདིའི་སྐབས་སུ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ།  
 ཁ་ཅིག་མཚན་སོ་གཉིས་དང་དཔེ་བྱད་བརྒྱད་ཅུ་མངའ་བའི་གང་ཟག་ཡིན་  
 བ། འོངས་སྐྱ་ཡིན་པས་བྲུབ་ཟེར་ན། མཆོག་གི་སྤྱལ་སྐྱ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ།  
 དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་བྱིར། དེར་  
 ཐལ། རྒྱད་སྒྲ་མ་ལས། མཐོང་ན་ཆོས་བྱེད་ཡོན་ཏན་གང་། །སུམ་ཅུ་ཅ་གཉིས་  
 ཞེས་བྲ་བ། །སྤྱལ་བ་ཆོས་ལ་རྩོགས་པར་ནི། །འོངས་སྐྱོད་རྩོགས་སྐྱ་གཉིས་  
 ལ་བརྟེན། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། དེ་ལ་ཁོ་ན་རེ། དེ་ལ་མཚན་སོ་གཉིས་  
 ཡོད་པའི་དོན་ཡིན་གྱི། དཔེ་བྱད་ནམས་མེད་དོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་མི་འཐད་པར་

ཐལ། དཔེ་བྱད་རྣམས་མཚན་གྱི་འཁོར་དུ་བཤད་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག དེ་  
རྣམས་མངའ་བའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཡིན་པས་ཁྲབ་  
ཟེར་ན་འཁོར་ལོ་སྦྱར་བའི་རྒྱལ་པོར་གྱུར་བའི་བྱང་སེམས་ཆོས་ཅན། དེར་  
ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཆོས་ཅན་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། རིན་ཆེན་འབྲེང་བ་ལས། འཁོར་ལོས་བསྦྱར་བ་ཐམས་ཅད་  
ལ། །འདི་དག་ཡོད་པར་འདོད་མོད་ཀྱི། །དག་དང་མཛེས་དང་གསལ་བ་  
ནི། །བཙུ་བྱག་ཆར་ཡང་མི་ཡོད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་དང་། མཛོད་  
ལས་གྱང་། དེ་ལྟར་བཤད་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། རྟོར་  
གཙོད་ལས། མཚན་དཔེ་ཚང་བ་ཙམ་གྱིས་སངས་རྒྱས་སུ་འགྱུར་བར་འདོད་  
ན། འཁོར་ལོ་སྦྱར་བའི་རྒྱལ་པོ་ཡང་སངས་རྒྱས་སུ་ཐལ་བའི་སྦྱོན་བསྟན་  
པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ཉིད་ལས། གལ་ཏེ་མཚན་ལུན་སུམ་ཆོགས་པས་དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པར་ལྟ་བར་འགྱུར་ན་འཁོར་ལོས་སྦྱར་བའི་རྒྱལ་པོ་ཡང་དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པར་འགྱུར་ཏེ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག ལྷགས་  
པ་གསེར་མདོག་ཅེས་པའི་དོན་ནི། ལྷགས་པའི་མདོག་གསེར་ལྟ་བུ་ཡིན་པ་  
ཁོ་ནའི་དོན་ཡིན་ནོ། །ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ན་སྦྱོ་མདོག་སྟོན་  
པོ་སོགས་ཀྱི་སངས་རྒྱས་མེད་པར་འགྱུར་དགོས་པ་ལས་དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་སྟན་ལྷ་སོགས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་མི་

འཐད་པར་ཐལ། གསེར་འབྲེང་ལས། གསེར་འདྲ་བ་ནི་ཤིན་ཏུ་དག་པའི་  
 གསེར་ལྟར་དག་པ་ལ་བྱའི་སེར་བ་ལ་མི་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁ་  
 ཅིག་སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་ལྷགས་ཀྱི་དབང་པོ་ལ་རོ་མི་ཞིམ་པ་ཡང་རོ་  
 མཆོག་ཏུ་སྒྲུང་བེར་ན། རོ་མོ་ཞིམ་པ་ཆོས་ཅན། རོ་ཞིམ་པ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 སངས་རྒྱས་འཕགས་པས་རོ་ཞིམ་པར་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སངས་  
 རྒྱས་འཕགས་པའི་ལྷེ་ཤེས་ཀྱིས་རོ་མཆོག་ཏུ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 དེ་ལ་རོ་མཆོག་ཏུ་སྒྲུང་བའི་ཕྱིར། བྱབ་སྟེ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱད་  
 ཀྱི་ཤེས་པ་ལ་སྒྲུང་ལ་མ་ངས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་སོ། །ཁ་ཅིག་  
 སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་སྐུ་ལ་ཤ་རུས་དང་ལྷགས་པ་ཡོད་པ་ནི་དངོས་  
 གནས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་ཆེ་མས་སོགས་ཡོད་བ་དངོས་གནས་པ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། གསུངས། ཁ་ཅིག་སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་སྐུ་ལ་ཤ་རུས་དངོས་  
 གནས་པ་མེད་དོ། གསེར་འོད་ལས། སྐུ་ལ་རུས་པ་ཐེག་མེད་ན། །ཞེས་པ་  
 དང་། གསང་བ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པའི་མདོ་ལས་ཀྱང་། ཞི་བའི་སྒོ་གྲོས་དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པའི་སྐུ་ལ་ནི། ཐོ་བ་དང་ལོང་ག་མེད་དོ། །རྟག་གམ། བྲག་  
 གམ། མཆིལ་མའམ། ངར་སྒྲུབས་སམ། ངན་སྒྲུགས་སམ། མི་གཙང་བ་མེད་  
 ཀྱི། ཞི་བའི་སྒོ་གྲོས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྐུ་ནི་འཇམ་བུའི་ཚུ་བོ་གསེར་  
 གར་བུ་ལྟ་བུ་སྟེ། ཁོང་སྟོང་མ་ཡིན་པ་བུ་ག་མེད་པ། ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་མེད་

པའོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྐྱེ་ཞི་ཕྱི་བྱང་དོན་རྗེ་དང་འབྲེལ་ཡང་། འཇམ་བྱུང་  
ཀ་ཙ་ལིན་དེ་ཀ་ལྟར་རེ་གན་བདེ་བར་འགྱུར་བས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་  
སྐྱེའི་ཆེ་བ་ཉིད་ལ་ལྟོས། ཞེས་གསུངས་པ་དང་། རིམ་ལྡན་ལས་ཀྱང་། ཁོང་སྟོང་  
ཁྱོད་ཀྱི་སྐྱེ་ལ་མེད། །ཅེས་དང་། གཞུང་གཞན་དུ་མར། སངས་རྒྱས་འཕགས་  
པའི་སྐྱེ་དེ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐྱེ་དང་དོ་བོ་གཅིག་པར་བཤའ་བའི་ཕྱིར་དང་། མཚན་  
བརྗོད་ཀྱི། སྐྱེ་ཡང་དོན་རྗེ་འབར་བ་སྟེ། །ཞེས་པའི་འགྲེལ་བར། སངས་རྒྱས་  
འཕགས་པའི་སྐྱེའི་ཆ་ཤས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཤེས་བྱ་མཁྱེན་པར་གསུངས་  
པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། དོན་ལ་ཕྱི་མ་འདོད་དགོས་པར་སྒྲུང་ཡང་། དེ་ཞིག་སྤྲུལ་  
ལྟར་བྱས་ཀྱང་རུང་ཅུ་མོ།།

༥ རང་ལུགས་ལ། རང་རྒྱ་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་དུ་མ་ལས་  
འཁྱུངས་ཤིང་རང་རྒྱུད་ལྟན་ཀྱི་གང་ཟག་སྐྱེས་བྱ་ཆེན་པོར་མཚན་པ་ཞིག་  
མཚན་དང་དེ་གཞན་རྒྱུད་ལ་གོ་བར་བྱེད་པ་ཞིག་དཔེ་བྱད་ཀྱི་དོན་ནོ། །དབྱེ་  
བ་ནི་སྤར་ལྟར་རོ། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཚན་དཔེ་དེ་དག་ཀྱང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
སས་བསྐྱུས་པར་འདོད་དགོས་པས་གཟུགས་སུ་ཁས་ལེན་དུ་རུང་ཡང་རྒྱལ་  
སྤར་བསམས་པའི་བེམ་པོ་མིན་པར་བཞེད་པ་ནི། རྣམ་བཤའ་སོགས་ཀྱི་  
དགོངས་པར་མཛོན་ནོ། །

## དཔེ་བྱད།

༥ གཉིས་པ་དཔེ་བྱད་ནི། ཟུབ་པའི་སེན་མོ་ཟངས་མདོག་དང་། ཞེས་  
 པ་ནས། སངས་རྒྱས་དཔེ་བྱད་བཟང་པོར་བཞེད། ཅེས་པའི་བར་ཆིགས་སུ་  
 བཅད་པ་བཅུ་གཉིས་ཀྱིས་འཆད་དེ། དོན་ནི། འགྲེལ་པར། འདྲ་བྱེད་ཐམས་  
 ཅད་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ཉིད་ཀྱིས་སེན་མོ་ཟངས་ཀྱི་མདོག་ལྟ་བུ་  
 དང་། ཞེས་པ་ནས། གཡུང་བྱང་འབྲེལ་བས་བརྒྱན་པ་ཡིན་ནོ། ཞེས་པའི་  
 བར་གསུངས། ཆིག་དོན་ནི། འཆད་འགྱུར་ལྟར་གྱི་བརྒྱད་ཅུ་པོ་ནི་ཆོས་ཅན།  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་དཔེ་བྱད་བཟང་པོར་བཞེད་དེ། དེ་དག་ཀྱང་གང་ཞེ་ན། ཟུབ་  
 པའི་སེན་མོ་ཟངས་མདོག་ ལྟ་བུ་དང་། དེའི་མདོག་སྒྱུ་པ་དང་། དེ་མཐོ་བ་  
 དང་། སོར་མོ་ནམས་ལྷུ་པ་དང་། དེ་རྒྱས་བ་དང་། དེ་བྱིན་གྱིས་སྤྲ་བ་དང་།  
 ལུས་ཀྱི་རྩ་མི་མདོན་བ་དང་། དེའི་མདུན་པ་མེད་པ་དང་། ལོང་བུ་མི་མདོན་  
 པ་དང་། ཞབས་རིང་བྱང་མཉམ་བ་སྟེ་བཅུ་དང་། སེ་རྒྱེའི་དང་། སྤང་ཆེན་གྱི་  
 དང་། བྱ་ངང་པའི་དང་ནི། ལྷ་མཆོག་གི་སྟབས་སུ་གཤེགས་པ་དང་། གཡམས་  
 རྩོགས་སུ་གཤེགས་པ་དང་། མཛེས་པར་གཤེགས་པ་དང་། དྲང་པོར་དང་།  
 ལྷ་འབྲེལ་བག་ཆགས་པ་དང་། དེ་བྱི་དོར་བྱས་པ་འབྲ་བ་དང་། དེ་སྤྲོམ་སྤྲ་  
 སོགས་རིམ་པར་འཆོམ་པ་སྟེ་བཅུ་དང་སྟུ་གཅིང་བ་དང་། དེ་འཇམ་པ་དང་།  
 ལྷ་དག་པའི་བྱད་པར་དང་། ལྷའི་མཆོན་ནི་ཆ་ཤས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་དང་།



སྐྱེ་ཡི་རྒྱ་ཁྱོན་ཆེ་བའི་ཁོ་ལམ་ཡངས་ཤིང་བཟང་བ་དང་། གོམ་པ་ཆེ་ཆུང་  
མེད་པར་སྟོམས་པ་དང་། སྤྱན་གཉིས་ནི་ར་རི་སོགས་མེད་པའི་དག་པ་དང་།  
སྐྱེ་ཤིན་ཏུ་གཞོན་ཤིང་ཅན་ཉིད་དང་། སྐྱེ་བྱུང་པ་མེད་པ་དང་། སྐྱེ་རྒྱས་པ་སྟེ་  
བཅུ་དང་། སྐྱེ་ཤིན་ཏུ་གིམས་པའི་བྱང་པར་ཉིད་དང་། ཡན་ལག་དང་ཉིང་ལག་  
ཆེ་གས་རིང་བྱང་གི་ཆ་ཤས་ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་འབྲེས་པ་སྟེ་བྱེད་པ་དང་།  
གཞིགས་པ་སྟོ་བྱར་གྱི་སྒྲིབ་པ་མེད་ཅིང་དག་པ་དང་། ཞེད་སྐབས་མཆོམས་  
གྱི་དབུ་བླུ་པ་དང་། དཀྱུ་སྐབས་ཕྱིན་པ་དང་། དཀྱུ་མ་རྩོངས་པ་དང་། བྱལ་  
ལ་མ་སྟོ་བ་མཐོ་དམན་མེད་པར་བྱེད་པ་དང་། ལྟེ་བ་ནི་གཏིང་བབ་པ་དང་། ལྟེ་  
བའི་རི་མོ་གཡས་སྟོགས་སུ་འབྲེལ་བ་དང་། སྟོན་ལམ་ཀུན་ནས་ལྟ་ན་སྤྱད་  
པ་སྟེ་བཅུ་དང་། ཀུན་ཏུ་སྟོན་པ་གཙང་བ་དང་། སྐྱེ་ལ་ནི་ཆེ་བའི་གནག་བག་  
མེད་པ་དང་། བྱག་ནི་ཤིང་བལ་ལྟར་འཇམ་པ་དང་། བྱག་རིས་མདངས་ཡོད་  
པ་དང་། དེ་བབ་པ་དང་། དེ་རིང་བ་དང་། ཞལ་ནི་ཏ་ཅང་མི་རིང་བ་དང་། མཆུ་  
ནི་བིམ་པ་ལྟར་དམར་བ་དང་། ལྷགས་མཉེན་པ་དང་། དེ་སྤྱབ་པ་སྟེ་བཅུ་དང་།  
ལྷགས་དམར་བ་དང་། གསུང་འབྲུག་གི་སྒྲ་ལྟ་བུ་ཉིད་དང་། གསུང་སྟན་ཅིང་  
འཇམ་པ་དང་། མཆེ་བ་བླུ་པ་དང་། དེ་རྫོ་བ་དང་། དེ་དཀར་བ་དང་། དེ་རིང་  
བྱང་མཉམ་པ་དང་། དེ་བྱིན་གྱིས་སྤྱ་བ་དང་། ཤངས་གྱི་གཞེངས་མ་ཐོ་བ་  
དང་། དེ་སྐབས་སོགས་གྱིས་མཆོག་ཏུ་དག་པ་དག་དང་ནི་བཅུ་དང་། སྤྱན་



ཅུའི་བར་དུ་འབྱུང་བར་འགྱུར། །དཔེ་བྱད་བཟང་པོ་བརྒྱད་ཅུ་དག། །འགྱུབ་  
པའི་བསོད་ནམས་ཆོག་གས་གང་ཡིན། །དེ་དག་བརྒྱད་ནི་བསྐྱར་བ་ཡིས། །  
སྤྱིས་བྱ་ཆེན་པོའི་མཆོན་གཅིག་གི། །མཆོན་ནི་སྤྲུལ་ཅུ་འགྱུབ་པའི་རྒྱ། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་འགྱུབ་པའི་བྱིར།

### སྤྱུལ་སྤྱ།

བཞི་བ་སྤྱུལ་སྤྱ་ནི། །གང་གིས་སྲིད་པ་རི་སྲིད་བར། །ཞེས་པ་ནས།  
ཐུབ་པའི་སྤྱུལ་སྤྱ་རྒྱུན་མི་འཆད། །ཅེས་པའི་བར་གྱིས་སྟོན་ཏེ། དོན་ནི་འགྲེལ་  
བར། །ལྷ་ཀྱ་ཐུབ་པ་ལ་སོགས་པའི་གཟུགས་གང་གིས་འཁོར་བ་རི་སྲིད་བར།  
ཞེས་པ་ནས། སྤྱུལ་པའི་སྤྱ་རྒྱུན་མི་འཆད་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས།  
འཕྲོས་ནི། རབ་འབྱོར་ཤེར་ཕྱིན་འདི་ལ་སྟོབ་པ་ནི་ཆོས་དེ་དག་ཉྀགས་པར་  
བྱས་ནས་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་མངོན་པར་  
རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་ནས། ཞེས་པ་ནས། སྤྱུལ་པ་སྤྱ་ཆོག་གས་ཀྱི་སྤྱིན་གྱིས་  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་མཛད་པ་དེ་ལྟར་བྱང་སེམས་ཀྱིས་ཡུམ་ལ་  
བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །ཞེས་སོགས་ལས་འཕྲོས་སོ། །

འདིའི་སྐབས་སུ་གཉིས། ཆོག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱུད་པའོ། །དང་པོ་  
ནི། སྟོན་པར་ལྷ་ཀྱ་ཐུབ་པ་ལ་སོགས་པ་གཟུགས་སྤྱ་གང་གིས་འཕྲིན་ལས་  
རྒྱུན་མི་འཆད་དུ་མཛད་པའི་ངེས་པ་ལྟ་དང་མི་ལྟ་བའི་སྤྱ་དེ་ནི་ཆོས་ཅན།

སྒྲུལ་སྒྲུ་ཡིན་ནོ། ཁྱོད་དུས་སྲིད་པ་རི་སྲིད་པར་དག་མ་དག་གི་འགྲོ་བ་ལ་  
ཐུན་མོང་དུ་དངོས་སུ་སྒྲུང་ནས་མངོན་མཐོ་ངེས་ལེགས་ཀྱི་པན་པ་སྒྲ་ཚོགས་  
པ་དག་དུས་མཉམ་དུ་མངོན་པའི་གཟུགས་སྒྲུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ། ཁ་ཅིག ངེས་པ་ལྔ་དང་མི་ལྔན་པའི་སྒྲུ་  
དེ། སྒྲུལ་པའི་སྒྲུའི་མཚན་ཉིད། ཟེར་ན། རི་བོ་ཉིད་སྒྲུ་ཚོས་ཅན། མཚན་བྱ་  
དེར་ཐལ། མཚན་ཉིད་དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཚོས་ཅན་དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན།  
གང་ཟག་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། །ཁ་ཅིག སངས་རྒྱས་འཕགས་པས་རང་ཉིད་རི་  
བོང་དུ་སྒྲུལ་པའི་སྒྲུལ་སྒྲུ་དེ་རི་བོང་ཡིན་ཟེར་ན། དེ་ཚོས་ཅན། དུད་འགྲོ་ཡིན་  
པར་ཐལ། རི་བོང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རུས་ཏེ། སངས་རྒྱས་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། ཁ་ཅིག སངས་རྒྱས་འཕགས་པས་རི་བོང་དུ་སྒྲུལ་བ་དེ། སངས་རྒྱས་  
ཡིན་ཟེར་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེས་རི་བོང་དུ་སྒྲུལ་པ་ལ། སངས་རྒྱས་  
ཡིན་མིན་གཉིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེས་རང་ཉིད་རི་བོང་དུ་སྒྲུལ་བ་  
དེ་སངས་རྒྱས་དང་། དེས་རྟེན་ཤིང་རི་བོང་དུ་སྒྲུལ་བ་དེ་སངས་རྒྱས་མ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་དེར་ཐལ། དེས་རྟེན་ཤིང་རི་བོང་དུ་སྒྲུལ་བ་དེ་གང་ཟག་  
མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྒྲུ་མ་མཁན་གྱིས་རྟེན་ཤིང་ཉ་སྒྲུང་དུ་སྒྲུལ་བ་  
དེ་གང་ཟག་མ་ཡིན་པར་གསུངས་པའི་ཕྱིར། མཁས་པ་ཁ་ཅིག སངས་རྒྱས་  
འཕགས་པའི་སྒྲུ་དངོས་ཀྱིས་སྒྲུལ་པའི་གང་ཟག་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རང་དུས་

སྤྱི་ཤེས་བྱ་མཐའ་དག་མཁྱེན་པར་སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་རང་ཉིད་དང་  
མཚུངས་དགོས་ཏེ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན། དེ་དག་སངས་རྒྱས་མིན་པར་ཐལ་བར་  
འགྱུར་བའི་ཕྱིར། དཔེར་ན། ཉོན་པ་ཤྲ་བྱ་བ་པ་རང་གི་སྤྱི་དངོས་ཀྱི་སྤྱལ་སྤྱི་  
རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པར་འདོད་དགོས་པ་བཞིན་  
ནོ། །ཞེས་གསུངས་ན། དེ་ནི་ཐུན་མོང་གི་གྲགས་ཚོད་ལྟར་ན། དེ་ལྟར་འདོད་  
དགོས་ཚོད། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བཞེད་པ་ལ་དེར་མ་ངེས་ཏེ། མདོ་འགའ་  
ཞིག་ལས་སྤྱི་གཙན་འཛིན་དང་། ཀུན་དགའ་བོ་གཉིས་དོན་ལ་སངས་རྒྱས་  
ཉིད་ཀྱི་སྤྱི་སྤྱལ་པ་ཡིན་ཀྱང་། ཏུས་དེར་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བྱིན་ཀྱིས་  
བརྒྱབས་པས་དེ་དག་ལ་རང་ཉིད་ཐེག་དམན་ཀྱི་ཟག་དངོས་ཡིན་པའི་འདུ་  
ཤེས་འབྱུང་གི། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱལ་པ་ཡིན་པའི་འདུ་ཤེས་མི་འབྱུང་བར་  
གསུངས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ ཚུ་ནང་གི་ལྷ་བའི་གཟུགས་བརྟན་  
བཞིན་དུ་སྤྱལ་སྤྱི་ཡང་ལོངས་སྤྱི་གཟུགས་བརྟན་ཡིན་ཏེ། རྒྱུད་ལྷ་མ་ལས།  
ཚུ་དང་ནམ་མཁའ་ལྷ་གཟུགས་བཞིན། །དེ་མཐོང་བ་ནི་རྣམ་པ་གཉིས། །ཞེས་  
གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། དེ་ནི་ལྷ་བ་ལས་དེའི་གཟུགས་བརྟན་  
འབྱུང་བ་བཞིན་དུ། ལོངས་སྤྱི་ལས་སྤྱལ་སྤྱི་འབྱུང་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ན། སྤྱལ་སྤྱི་བྱད་བཞིན་དེ། ལོངས་སྤྱི་བྱད་བཞིན་  
ཀྱི་གཟུགས་བརྟན་ཡིན་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་



ཆོས་ཅན། བྱད་བཞིན་གྱི་གཟུགས་བརྟན་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་བྱིར།  
འདོད་མི་རུས་ཏེ། དེ་བྱད་བཞིན་དངོས་ཡིན་པའི་བྱིར་དང་། དེ་ལོག་པའི་  
ཀྱན་རྫོབ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། བྱི་མ་དེར་ཐལ། ཡང་དག་ཀྱན་རྫོབ་ཡིན་པའི་  
བྱིར།

༥ རང་ལུགས་ལ། དེས་པ་ལྷ་དང་མི་ལྟན་པས་རབ་ཏུ་བྱེ་བའི་གཟུགས་  
སྒྱ། སྒྱལ་སྒྱའི་མཚན་ཉིད། དབྱེ་བའི་སྒྲར་ལྟར་ཡིན། མཚན་གཞི་ནི་རིམ་པ་  
བཞིན་དུ། བཟོ་བ་སྒྱལ་སྒྱའི་རྒྱལ་བའི་བཟོ་བོ་བར་ཤུ་ཀ་མ་འདུད་སྒྱི་སྒྱལ་སྒྱི་  
ནི། ལྟའི་བྱ་དམ་པ་ཏོག་དཀར་ལྟ་བུ། མཆོག་གི་སྒྱལ་སྒྱི་ནི། བདག་ཅག་གི་  
སྟོན་པ་ལྟ་བུའོ། །མཆོག་གི་སྒྱལ་སྒྱིས་འཕོ་བ་ལ་སོགས་པའི་མཛད་པ་བཙུ་  
གཉིས་ཀྱི་ཚུལ་སྟོན་པའི་མཛད་པ་བཙུ་གཉིས་པོ་དེ་གང་ཞེན། ཡོད་དེ། དེ་  
ཡང་རྒྱད་སྟེ་མ་ལས། དགའ་ལྟན་གནས་ནས་འཕོ་བ་དང་། །ལྷམས་སུ་ཞུགས་  
དང་བལྟམས་པ་དང་། །བཟོ་ཡི་གནས་ལ་མཁས་པ་དང་། །བཙུན་མའི་འཁོར་  
དབྱེས་རོལ་བ་དང་། །དེས་འབྱུང་དཀའ་བ་སྦྱོད་པ་དང་། །བྱང་ཆུབ་སྣང་པོར་  
གཤེགས་པ་དང་། །བདུད་སྡེ་བཙུམ་དང་རྫོགས་པར་ནི། །བྱང་ཆུབ་ཆོས་ཀྱི་  
འཁོར་ལོ་བསྐྱོར། །ཟུང་ན་འདས་པར་གཤེགས་མཛད་ནམས། །ཞེས་འབྱུང་  
བ་ལྟར་ཡིན་པའི་བྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཛད་པ་འཕྲིན་ལས་ནི། དེ་བཞིན་འཁོར་བ་ཇི་སྲིད་

འདིའི། །ཞེས་པ་ནས། རྣམ་པ་ཉི་ཤུ་བདུན་དུ་བཞེད། །ཅེས་པའི་བར་ཆིགས་  
སྤྱ་བཅད་པ་བདུན་གྱིས་སྟོན་ཏེ། རོན་ནི། འགྲེལ་པར། དང་པོར། འགྲོ་བ་  
བཟང་པོ་དང་བཟང་པོ་མ་ཡིན་པ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་མེད་པར་གནས་པའི་  
མཆོན་ཉིད་འགྲོ་བ་རབ་རྒྱ་ཞི་བའི་འཕྲིན་ལས་མཛད་ནས། ཞེས་པ་ནས། རྣམ་  
པ་ཉི་ཤུ་རྩ་བདུན་ཡང་འཁོར་བ་རྩིས་སྤྱོད་པར་བཞེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མཛད་པ་  
ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས། འཕྲོས་ནི། རབ་འབྱོར་ངས་འདི་ནས་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱན་གྱིས་འཛིག་ཏེན་ལ་རྣམ་པར་གཟེགས་ནས་ཤར་  
ཕྱོགས་ཀྱི་འཛིག་ཏེན་གྱི་ཁམས་གསལ་གྱི་སྤྱང་གི་བྱེ་མ་སྟེད་ནས་བྱང་ཆེན་དེ་  
དག་ཆེད་དུ་བསམ་སྟེ། ཞེས་པ་ནས། གསོལ་བ། བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པ་གང་ལགས། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྤྱུལ་བ། མི་མཉམ་  
པ་རྫོངས་པ་མེད་པའི་ཆོས་ཅན་ནི་མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་སྟེ། ཞེས་སོགས་ཀྱི་  
བར་ལས་འཕྲོས་སོ། །

༥ ཆིག་དོན་ལ་གསུམ། མདོར་བསྟན། རྒྱས་པར་བཤད་པ། དོན་བསྟུ་  
བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། དངོས་དང་མཐའ་དབྱེད་པའོ། །དང་པོ་ནི། རྩ་འགྲེལ་  
གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། དེ་བཞིན་ཞེས་པ་སྤྱུལ་སྤྱུ་དང་འབྲེལ་ཡང་། སྟོབ་དཔོན་  
གྱིས་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྤྱུལ་མཛད་པ་ལྟར་ན། ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྤྱུ་རྒྱན་མི་འཆད་  
པ་དེ་བཞིན་དུ་འཁོར་བ་རྩིས་སྤྱོད་པ་དེ་སྤྱོད་དུ་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྤྱུ་འདིའི་འཕྲིན་

ལས་ནི་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་རྒྱན་མི་འཆད་པ་ཡིན་པར་འདོད་དེ། དེ་མི་འཆད་  
པའི་རྒྱ་ཆོགས་མཐར་ཕྱིན་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ཁ་ཅིག ཡེ་ཤེས་  
ཆོས་སྐྱའི་འབྲས་བུར་གྱུར་པའི་རྣམ་དཀར་གྱི་ཡོན་ཏན། ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱའི་  
འཕྲིན་ལས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱའི་རྒྱར་གྱུར་པའི་ཐེག་  
ཆེན་གྱི་ཆོགས་ལམ་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དེར་ཐལ། །མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན་སྒྲོལ། །ཁ་ཅིག སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
འཕྲིན་ལས་ཡིན་ན། ལམ་ཁྱེད་ཀྱི་སངས་རྒྱས་ལ་དམིགས་པའི་  
ཟེར་ན། ལམ་མ་ཁྱེད་ཀྱི་སངས་རྒྱས་ལ་དམིགས་པའི་  
དད་པ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བྱ་བ་ཡུལ་ལ་ཡོད་པའི་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་འཕྲིན་  
ལས་དེ་ལ་བྱེད་པ་པོ་ལ་ཡོད་པའི་དེ་དང་། བྱ་བ་ཡུལ་ལ་ཡོད་པའི་དེ་གཉིས་  
ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གསེར་འབྲེང་ལས། འཕྲིན་ལས་ཞེས་པ་ནི་སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་བྱ་བ་ཡིན་ལ། བྱ་བ་དེ་ཉིད་ཀྱང་བྱེད་པ་པོ་ལ་ཡང་ཡོད་པ་དང་།  
གདུལ་བྱ་ལ་ཡོད་པའི་ཐར་ལམ་སོགས་ནི་བྱ་བ་ཡུལ་ལ་ཡོད་པའི་འཕྲིན་  
ལས་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར། སངས་རྒྱས་ཀྱི་གདུལ་བྱ་ལམ་དང་། ལམ་གྱི་རྟེན་  
ལ་འགོད་པ་ནི་གཉིས་ཀ་ལ་ཡོད་ལ་བཀོད་པའི་ཆ་གདུལ་བྱ་ལ་ཡོད་དེ།

དཔེར་ན།    གླེས་བྲུས་ཤིང་ག་ཤགས་པའི་ཚུལ་བ་ནི་གླེས་བྲུ་ལ་ཡོད་ཅིང་།  
 དུས་བྲུར་ག་ཤགས་པའི་ཆ་ཡུལ་ལ་ཡོད་པ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་  
 ཕྱིར། ཁ་ཅིག    ཕྱི་རོལ་པའི་རྒྱུད་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་མེད་ཟེར་ན།  
 དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་དད་པ་དང་། རྩོས་པ་དང་། ཚུལ་བྲིམས་དང་།  
 བསམ་གཏན་སོགས་ཡོད་པ་གང་ཞིག།    སངས་རྒྱས་འཕགས་པས་སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་མཛད་པའི་ཕྱིར།    ཕྱི་མ་དེར་ཐལ། རི་སྐད་དུ། བྱོད་  
 ཀྱིས་གང་ལས་འགྲོ་བ་དང་། །མ་དྲངས་རྒྱུད་པ་དེ་གང་མཆིས། །གང་དང་  
 འཇིག་རྟེན་མ་སྤྱད་པའི། །སྤུན་ཆོགས་དེ་ཡང་གང་ཞིག་མཆིས། །ཞེས་  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་རང་ལུགས་ལ། རང་རྒྱ་ཡེ་ཤེས་ཚས་སྐྱེ་བདག་རྒྱུ་  
ལས་བྱང་བའི་རྣམ་དཀར་གྱི་ཡོན་ཏན། ཡེ་ཤེས་ཚས་སྐྱེ་འཕྲིན་ལས་གྱི་  
མཆན་ཉིད། སྦྱོར་ལམ་མ་ཞུགས་ན་ཡོད་ཀྱང་། འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པ་ནི།  
ཆོགས་ལམ་ནས་སངས་རྒྱས་གྱི་སའི་བར་ཡོད་དོ། ། དབྱེ་ན་འཆད་འགྱུར་  
ལྟར་ཉེར་བདུན་ནོ།།

༥ གསུམ་པ་རྩོད་པ་སྒྲོང་བ་ལ། ཁ་ཅིག སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་  
 ལྷགས་པའི་སྤྱི་རོལ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། སྤྱི་རོལ་པའི་རྒྱད་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 འཕྲིན་ལས་ཡོད་པའི་སྤྱིར། ཟེར་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། སྤྱི་རོལ་པའི་རྒྱད་ལ་མངོན་

ཤེས་སོགས་ཡོད་ཀྱང་དེ་ཙམ་གྱིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་ཞུགས་པར་  
འཇོག་མི་བྱས་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན་སྤྲོད། །ཁ་ཅིག་ ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོགས་ལམ་  
ཆོས་ཅན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་ཡིན་པར་ཐལ། རང་རྒྱ་ཡེ་ཤེས་ཆོས་  
སྤྱི་བདག་རྒྱུན་བྱས་པ་ལས་བྱུང་བའི་རྣམ་དཀར་གྱི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་བྱས་ཏེ། བྱང་སེམས་ཀྱི་  
འཕྲིན་ལས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁ་ཅིག་ མ་གྲུབ་ཟེར་ཡང་མ་ཐུབ་བོ།

༥ གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་གཉིས། ལམ་དང་ལམ་གྱི་འབྲས་  
བྱ་ལ་འགོད་པའོ། །དང་པོ་ལ་ཉེར་དྲུག་ཡོད་དེ། གདུལ་བྱའི་འགོ་བ་རྣམས་ཞི་  
བ་ཐར་པ་དོན་དུ་གཉེར་བའི་ཆོགས་ལམ་ལ་འགོད་པའི་འཕྲིན་ལས་དང་། དེ་  
བཞིན་དུ། བསྐྱ་བ་རྣམ་བཞིའི་ཆོགས་ལམ་ལ་འགོད་པའི་འཕྲིན་ལས་དང་།  
ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་རྒྱ་འབྲས་སྤྲུག་ཀུན་དང་བཅས་པ་ཡི་དོར་བྱ་དང་  
རྣམ་པར་བྱང་བའི་རྒྱ་འབྲས་སྤང་བྱར་རྟོགས་པའི་ཆོགས་ལམ་ལ་འགོད་  
པའི་འཕྲིན་ལས་གསུམ་དང་། སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་དོན་གནས་ལུགས་ཇི་  
བཞིན་གྱི་དོན་རྟོགས་པའི་སྦྱོར་ལམ་ལ་འགོད་པའི་འཕྲིན་ལས་དང་། སྦྱིན་  
སོགས་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་དྲུག་རྟོགས་པའི་དེ་ལ་འགོད་པ་དང་། སངས་རྒྱས་  
སྤུ་བཟོད་པའི་ལམ་དགེ་བ་བཙུའི་དེ་ལ་འགོད་པ་དང་། དོན་དམ་པར་རང་  
བཞིན་གྱིས་སྦྱོང་བ་ཉིད་སྒྲིམ་བྱུང་གིས་རྟོགས་པའི་སྦྱོར་ལམ་ལ་འགོད་པའི་



འཕྲིན་ལས་ཏེ་བཞི་དང་། གཉིས་སྒྲིབ་གི་སྒྲོལ་པ་བཟང་པའི་སྒྲོང་ཉིད་མངོན་  
སྤུངས་དུ་རྟོགས་པའི་མཐོང་ལམ་ལ་འགོད་པའི་འཕྲིན་ལས་གཅིག་དང་། ཆོས་  
ཐམས་ཅད་བརྟུན་ཅམ་གྱིས་བཏགས་པར་རྟོགས་པའི་ས་གཉིས་པའི་ཚུ་ལ་  
ཁྲིམས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ལ་འགོད་པ་དང་། ཆོས་ཐམས་ཅད་དེ་ལྟར་རྟོགས་པའི་  
ས་གསུམ་པའི་བཟོད་པའི་ཉམས་ལེན་ལ་འགོད་པ་གཉིས་བསྒྲུབས་པས་  
གཅིག་དང་། ཆོས་ཐམས་ཅད་དོན་དམ་པར་དམིགས་པ་མེད་པར་རྟོགས་  
པའི་ས་བཞི་པ་ལྟ་བུ་དུག་པ་གསུམ་གྱི་ཤེས་རབ་ལ་འགོད་པའི་འཕྲིན་ལས་  
གཅིག་དང་། ལུས་ཅན་སེམས་ཅན་རྣམས་ནི་ཡོངས་སུ་སྦྲིན་པར་མཛད་པའི་  
ས་བདུན་པའི་ཐབས་མཁས་ལ་འགོད་པའི་འཕྲིན་ལས་གཅིག་དང་། ལྷག་མ་  
བཙེ་ལྟ་དག་ས་ལ་འགོད་པའི་འཕྲིན་ལས་ཡིན་པའི་བྱིར། དགས་ལ་འགོད་  
པའི་འཕྲིན་ལས་བཙེ་ལྟ་ཡོད་དེ། ས་བརྒྱད་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ལམ་  
ཉན་རང་གི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་ལ་འགོད་པ་དང་། བདེན་པར་མངོན་  
པར་ཞེན་པ་མངོན་འགྱུར་བ་བསྐྱོད་པའི་ས་བརྒྱད་པའི་འཕྲིན་ལས་ལ་འགོད་  
པ་དང་། སངས་རྒྱས་དགོན་མཆོག་བཏགས་པ་བའི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པའི་ས་  
བརྒྱད་པའི་དེ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་རྣམ་པར་དག་པ་ལ་འགོད་པའི་ས་  
བརྒྱད་པའི་དེ་དང་བཞི། ཐེག་དམན་དུ་མི་ལྟར་བར་འཛང་རྒྱ་བར་ངེས་པའི་  
ས་དགུ་པ་ལ་དང་། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ནི་ཆད་མེད་པ་སྦྱབ་པའི་ས་དགུ་པ་

ལ་འགོད་པའི་འཕྲིན་ལས་དང་གཉིས། དག་བའི་བཤེས་གཉིན་སངས་རྒྱས་  
བསྟེན་ནས་དེའི་ཆོས་ཉན་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་བྱང་པར་ཅན་སྟུང་  
པའི་ས་བཙུ་བ་ལ་འགོད་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་གི་ཡན་ལག་ཐོབ་པའི་དེ་ལ་དང་།  
ལས་སྤྲ་རགས་རྣམས་ནི་ཆུད་མི་བར་རྟོགས་པའི་དེ་ལ་དང་། བདེན་བཞི་  
རྫོགས་པར་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བའི་དེ་ལ་དང་། སྤང་པོ་གཙང་བདེ་སོགས་  
སྟུང་འཛིན་པའི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ནི་སྤངས་པའི་དེ་ལ་དང་། ཕྱིན་ཅི་ལོག་བཞི། དེ་  
སྟེད་པའི་གཞི་བདེན་འཛིན་པལ་ཆར་མེད་པའི་ཚུལ་གྱི་དེ་ལ་དང་། ཆོས་  
ཐམས་ཅད་བདེན་སྟོང་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་པའི་རྣམ་པར་བྱང་བ་རྫོགས་  
པའི་དེ་ལ་དང་། བྱང་ཆུབ་གི་རྒྱ་ཆོགས་གཉིས་རྫོགས་པའི་དེ་ལ་དང་།  
འདུས་བྱས་འཁོར་བ་དང་འདུས་མ་བྱས་སྤྱང་ན་ལས་འདས་པ་ལ་དོན་དམ་  
པར་ཐ་དད་དུ་ཡོངས་སུ་མི་ཤེས་པར་མངོན་སུམ་རྫོགས་པའི་ས་བཙུ་བ་ལ་  
འགོད་པའི་འཕྲིན་ལས་དང་དགྲ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། །

གཉིས་པ་ལམ་གྱི་འབྲས་བུ་ལ་འགོད་པ་ཡོད་དེ། མཆོག་གི་སྦྱལ་སྦྱས་  
གདུལ་བྱ་རྣམས་མི་གནས་པའི་སྤྱང་ན་ལས་འདས་པ་ལ་འགོད་པའི་འཕྲིན་  
ལས་གཅིག་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་དོན་བསྟུ་བ་ནི། ཞེས་བྱ་ཆོས་ཅན། འདིར་བསྟན་པའི་ཡེ་  
ཤེས་གྱི་ཆོས་གྱི་སྦྱ་ཡི་འཕྲིན་ལས་ནི་རྣམ་པ་ཉི་ཤུ་ཙ་བདུན་དུ་བཞེད་པ་

ཡིན་ཏེ། ཚིགས་ལམ་ལ་འགོད་པ་གསུམ། སྒྲོར་ལམ་ལ་བཞི། མཐོང་ལམ་  
ལ་གཅིག ས་གཉིས་པ་དང་གསུམ་པ་ལ་གཅིག བཞི་པ་ལྔ་པ་དྲུག་པ་གསུམ་  
ལ་གཅིག བདུན་པ་ལ་གཅིག། བརྒྱད་པ་ལ་བཞི། དགུ་པ་ལ་གཉིས། བཅུ་པ་  
ལ་དགུ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ལ་གཅིག་སྟེ་བསྟོམས་ན་ཉིར་བདུན་དུ་འགྱུར་  
བའི་བྱིར།

༥ གསུམ་པ་བསྐྱས་དོན་གཞན་བཤད་པ་ལ་གཉིས། དྲུག་ཏུ་བསྐྱ་བ་  
དང་། གསུམ་དུ་བསྐྱ་བའོ། དང་པོ་ནི། སྒར་དོན་བརྒྱད་ཀྱི་སྒོ་ནས་བསྟན་  
ནས་འདིར་དོན་དྲུག་ཏུ་བསྟན་པ་ནི། མཆོན་ཉིད་དེ་ཡི་སྒྲོར་བ་དང་། །ཞེས་པ་  
ནས། རྣམ་པ་དྲུག་ཅེས་པའི་བར་གསུངས་ཏེ། དོན་ནི། འབྲེལ་པ་ལས། དང་  
པོར་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐེན་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་མཐེན་པ་ཉིད་  
གསུམ་ནི། ཞེས་པ་ནས། དོན་བསྐྱས་པ་གཞན་རྣམ་པ་དྲུག་སྟེ། ཞེས་པའི་  
བར་གྱིས་འཆད་དོ། །

ཚིག་དོན་ནི། ཤེས་བྱ་ཚས་ཅན། མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་དོན་བརྒྱད་  
ལས། དོན་བསྐྱས་གཞན་ཏེ་རྣམ་པ་དྲུག་ཏུ་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། མཐེན་གསུམ་  
གྱི་ངོ་བོར་གྱུར་པའི་མཆོན་ཉིད་དང་། མཐེན་གསུམ་དེ་ཡི་ཉམས་སུ་ལེན་  
བྱེད་རྣམ་རྫོགས་སྒྲོར་བ་དང་། རྣམ་རྫོགས་སྒྲོར་བ་དེ་རབ་ཏུ་གྱུར་པའི་ཅེ་  
སྒྲོར་དང་། མཐེན་གསུམ་དེའི་ཉམས་ལེན་གྱི་གོ་རིམ་མཐར་གྱིས་སྒྲོར་བ་

དང་། མཁྱེན་གསུམ་དེའི་སྒྲོར་བ་མཐར་ཐུག་པའི་སྐད་ཅིག་སྒྲོར་བ་དང་།  
མཁྱེན་གསུམ་དེ་ཡི་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་འབྲས་བུ་ཆོས་སྐུ་དང་ནི་བྱུག་ཏུ་ཤེས་པར་  
བྱ་དགོས་པའི་བྱིང་།

༥ གཉིས་པ་དོན་གསུམ་དུ་བསྐྱབ་ནི། ཡུལ་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་པོ་རྒྱ། །  
ཞེས་པ་ནས། དོན་བསྐྱབས་གཞན་ཏེ་རྣམ་པ་གསུམ། །ཞེས་པའི་བར་གསུངས་  
ཏེ། དོན་ནི། འབྲེལ་པ་ལས། དང་པོར་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ལ་  
སོགས་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་གསུམ་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ནི་འཇུག་པའི་ཡུལ་  
གྱི་རྒྱ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པ་ནས། དོན་བསྐྱབས་པ་གཞན་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ། དེ་ཁོ་  
ན་བཞིན་དུ་བཤའ་བར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་བར་གྱིས་འཆད་དོ། །

ཆིག་དོན་ནི། མཁྱེན་པ་རྣམ་པ་གསུམ་པོ་ཆོས་ཅན། སྒྲོར་བའི་བསྐྱོམ་  
བྱའི་ཡུལ་ནི་ཡིན་ཏེ། དེའི་སྤང་བྱ་ཡིན་པའི་བྱིང་། སྒྲོར་བ་བཞི་ཡི་བདག་ཉིད་  
ཆོས་ཅན། མཐར་ཐུག་པའི་མཁྱེན་གསུམ་ངོའི་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཐོབ་བྱེད་གྱི་  
ཐབས་ཡིན་པའི་བྱིང་། ཆོས་སྐུ་འཕྲིན་ལས་ནི་ཆོས་ཅན། མཁྱེན་གསུམ་སྒྲོར་  
བའི་འབྲས་བུ་ཡིན་ཏེ། དེའི་སྟོབས་གྱིས་ཐོབ་པའི་ཐོབ་བྱ་མཐར་ཐུག་ཡིན་  
པའི་བྱིང་། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། འདིར་ཡུམ་གསུམ་གྱི་དོན་བསྐྱབས་སྤྲ་མ་ལས་  
དོན་བསྐྱབས་པ་གཞན་ཏེ་རྣམ་པ་གསུམ་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། ཡུལ་དང་རྒྱ་དང་  
འབྲས་བུའི་རྣམ་པ་གསུམ་དུ་བསྐྱབས་ནས་བཤའ་བའི་བྱིང་རོ། །འདིར་ཆིག་

མང་དོགས་ནས་འགྲེལ་པའི་མགོ་མཇུག་གི་ཆིགས་བཅད་རྣམས་མ་དངས་  
ལ། འགྲེལ་པའི་དོན་ཡང་རྩ་བའི་དོན་བཤད་པས་འགྲུབ་པ་དང་། རྩ་ཆིག་གི་  
དོན་ལ་གོ་བ་ཆགས་པ་དང་། འཇུག་པ་བདེ་བར་བསམས་ཏེ། རྩ་བའི་དོན་  
བཤད་པའི་སྒོ་ནས་སྤྱི་དོན་མཐའ་དཔྱེད་ཅུང་ཟད་དང་བཅས་ཏེ་གིས་  
སོ། །ཆིག་དོན་ཀྱང་མཐའ་དཔྱེད་པའི་ཆེ་བདར་ཤ་བཅད་པར་བྱ་སྟེ། འདིར་  
ནི་དོན་གྱི་ངོ་བོ་ཅམ་བཤད་པ་ཡིན་པས་སོ། །

དེ་ཡང་རྩ་ཆིག་རྣམས་མཆལ་གྱིས་སྤྱེ་བ་ནི། གོ་བདེ་བའི་ཆེད་ཡིན་  
ལ། གལ་ཏེ་གཞན་འབྲིང་སྤྱི་ཆེ་མཆལ་གྱིས་འབྲེད་པ་མ་ལྟོགས་ན། ལྷག་  
ཆས་གིས་བལ་རྒྱ་སྤྱེག་དང་ཁ་ཆེའི་གྲུར་གྲུམ་སོགས་ཅི་རིགས་གྱི་ཚུས་  
བྱུགས་ཏེ་དབྱེ་བར་བྱའོ། །

### སྤྱིས་པ།

རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཡེ་ཤེས་གཅིག་བསྐྱུས་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་སྒོ་བཟང་  
གྲགས། །གང་དེས་སྤྱི་གྱུ་བོ་ཆེན་པོ་གང་དང་ལྷན་ཅིག་མཛོན་བྱོན་  
ཏེ། །ཐུབ་དབང་ཉིད་གྱི་དགོངས་དོན་མཐར་ཐུག་ཐུབ་པའི་གསུང་བཞིན་  
ལེགས་སྟོན་པ། །མཛོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་གྱི་བརྗོད་བྱ་མཛོན་རྟོགས་  
མཐའ་དག་གསལ་བར་མཛད། །ཚུལ་དེའི་རྗེས་སུ་ཞུགས་ནས་མཁས་མང་



གིས། །ཡབ་སྲས་གཉིས་ཀྱི་དགོངས་པ་འགྲེལ་པའི་གཞུང་། །ཆིག་དང་དོན་  
 ཀྱི་རྣམ་བཤད་མང་མཛད་ནས། །རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་ཀུན་ཏུ་དར་མར་  
 བྱས། །དེང་དུས་ཕྱོགས་འདིར་བསྟན་འཛིན་ནང་སོ་ཞེས། །ངག་དབང་འཕྲིན་  
 ལས་རྒྱ་མཚོས་རང་གི་དགོན། །ཅེ་ནི་ཆོས་སྒྲེར་འཆད་ཉན་བསྟན་པའི་  
 རྒྱན། །སྟོན་མེད་གསར་དུ་སྤེལ་བྱེར་ལེགས་པར་བཙུགས། །དེའི་ཆེ་སྒྲ་མའི་  
 ཐག་མ་ཉིད་གྱུར་བ། །རབ་འབྲམས་སྤྲོ་བ་བཤད་སྐབ་མིང་ཅན་གྱིས། །བཤད་  
 གྲུའི་རྒྱན་ལ་པན་པར་སྤིད་སྟེམ་སྟེ། །རྒྱན་གྱི་ཆིག་འགྲེལ་མཐའ་དཔྱོད་  
 བཅས་འདི་གིས། །གང་འདི་ལྷག་བསམ་འོ་མཚོ་ལས་འབྲུངས་བྱེར། །རང་  
 དོན་ར་རིའི་བྱི་མས་རྣམ་པར་དཔོན། །མཁས་མང་གཞུང་དང་འགྲེལ་བར་  
 བཤད་པའི་བྱེར། །ལོག་པར་བརྗོད་པའི་རྩལ་གྱིས་མ་གོས་སྟུམ། །འོན་ཀྱང་  
 གཞུང་དོན་རྒྱ་ཆེ་དཔག་དཀའ་བས། །བདག་ནི་སྟོ་གྲོས་དམན་ཞིང་སྦྱངས་  
 པ་ཆུང་། །མ་བཤད་ལོག་པར་བཤད་པའི་ཉིས་སྤིད་ན། །དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་  
 སྦྱན་སྒར་གཞོང་ཞིང་འགྱོད། །འབྲུལ་པ་ཀུན་བྲལ་སངས་རྒྱས་ཉག་གཅིག་  
 ཏུ། །གསུངས་བྱེར་ཐབ་དང་རྒྱ་ཆེའི་གནད་རྣམས་ལ། །འཕགས་བོད་པཎ་  
 ཆེན་འགའ་ཡང་འཇུག་དཀའ་བར། །མཐོང་ན་སྦྱོར་ཆོངས་བདག་ལྟ་ཅིས་མི་  
 འབྲུལ། །ཅི་སྟེ་དགོངས་འགྲེལ་གཞན་དག་ཡོད་བཞིན་དུ། །སྟོན་གྱིས་འཆད་  
 འདི་འཐད་པ་མིན་ཅེ་ན། །སྟོན་དུ་མི་འགྱུར་གང་བྱེར་རང་ཉིད་ཀྱང་། །འཆད་

ཅོད་ཅོམ་ལ་བག་ཆགས་འཛོག་སྤྱིར་རོ། །རི་ལྟར་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་  
རྒྱན་འདི་ལ། །འཕགས་པའི་ཡུལ་གྱི་དགོངས་འབྲེལ་ཡིན་གྲགས་པ། །བཙུ་  
ཐག་བྱང་ལས་ལྷག་ཡོད་དེ་དག་ཀྱང་། །སྒྲོས་པར་མི་འགྱུར་དགོས་པ་སྤྱིད་  
པ་བཞིན། །འོན་ཀྱང་རྣམ་པར་བཤད་པ་འདི་ཉིད་ལས། །རང་གི་མོས་པ་  
གཙོར་བྱས་བརྗོད་གྱུར་པ། །མང་ཐོས་དམ་པའི་གཞིགས་ངོར་མི་འགལ་  
མོད། །སྤྱོད་པ་རེའི་མིག་ཅན་དག་ལ་འགལ་བའང་མཆིས། །དེ་ལྟར་ཡང་སྒྲོ་  
གོས་དོན་གཉེར་ལ། །སྒྲན་པར་གྱུར་ཆེ་གཟུ་བོར་མི་གནས་ཤིང་། །སྒྲོ་མིག་  
སྤྱོད་པ་ལྷུང་ཡིང་རྟོག་གིས་བསྐྱབས་པས། །རི་ལྟར་སྒྲས་ཀྱང་དེ་ཅུ་ཉིད་དུ་  
བྱེད། །རྒྱལ་ཡུམ་བཟོད་གཅིག་པ་རོལ་སྤྱིན་པའི་ལམ། །ལམ་མཆོག་འདི་  
འདྲ་བདག་འདྲས་འཆད་རྒྱས་མིན། །མིན་ཡང་འཆད་ཅོད་ཅོམ་ལ་འཇམ་པའི་  
དབྱངས། །དབྱངས་ཅན་ལྟ་མོས་ཁ་ནི་རྣམ་པར་སྤྱེ། །གང་འདི་མངོན་པར་  
རྟོགས་པའི་རྒྱན་གྱི་དོན། །དོན་མིན་འདྲ་བར་རིང་བཞག་སྒྲ་ཆོགས་  
ཆོག། །ཆོག་གི་འཕྲང་བར་སྤེལ་བ་མ་ཡིན་ལ། །ལ་ལའི་བསྐྱུས་དོན་ཅུ་  
ཞིག་ལྟ་བུའང་མིན། །སྒྲོན་ནས་སྒྲོན་མེད་ལེགས་བཤད་འཆད་དཀའ་  
ཡང་། །སྒྲོན་སྒྲོན་སྒྲོན་གྱི་དམ་པའི་གསུང་རང་གཞན། །སྒྲོན་མ་སྒྲོན་བཞིན་  
བཤུས་པ་མ་ཡིན་པར། །སྒྲོན་ཆ་སྒྲོན་གྱི་རྒྱལ་བས་གསུངས་པ་ལས། །ཆོས་  
བབ་བབ་དང་རྒྱ་ཆེའི་ཚུལ་སྟོན་པ། །རྒྱལ་ཡུམ་ཡུམ་མཆོག་གསུམ་གྱི་

བརྗོད་བྱའི་དོན། །གང་དེ་དེ་ལྟར་གསལ་མཛད་མ་པམ་པའི། །དགོངས་དོན་  
དོན་བཞིན་ཁོ་བོས་བཤད་སྒྲུབ་སེམས། །འདིར་འབད་ལས་བྱུང་དགེ་བ་གང་  
ལྟའི་རྒྱན། །དུས་གསུམ་ནམ་དཀར་སྤང་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ། །འགྲོ་ཀྱན་ལམ་  
མཆོག་འདི་དང་མི་འབྲལ་ཞིང་། །སྤྲོ་མེད་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོར་འཇུག་ཕྱིར་  
བསྟོ། །

པན་བདའི་འབྱུང་གནས་ཐུབ་བསྟན་སྤྱི་དང་ནི། །བྱད་པར་ཆོས་ཀྱི་  
རྒྱལ་པོ་ཙོང་ཁ་པའི། །བཤད་སྒྲུབ་བསྟན་པ་རྒྱ་མཆོའི་མཐའ་སྒྲས་  
པར། །བྱབ་པའི་དགའ་སྟོན་རིང་དུ་གནས་གྱུར་ཅིག། །

ཅེས་མཛོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་ཀྱི་དགོངས་པ་གསལ་བར་བྱེད་པ་  
མཁས་པ་དགེས་པའི་མཆོད་སྤྱོན་ལས་སྐབས་བརྒྱད་པའི་ཆིག་འབྲེལ་སྤྱི་  
དོན་མཐའ་དཔྱེད་བྱུང་འབྲེལ་དུ་བཤད་པ་དང་བཅས་པ་རྗོགས་པར་སྦྱར་  
བཞོ། །

འཕྲུལ་དེབ་སྤྲིག་པ་པོ། སེར་སྤྲད་དགེ་བཤེས་ལྷ་རམས་པ་འཇམ་མཁས་དབྱངས་བསོད་ནམས།